Tsongkhapa

Truyền Thừa Nālandā

Nhóm Lamrim Lotsawas



ĐẠI LUẬN VỀ GIAI TRÌNH CỦA ĐẠO GIÁC NGỘ - 2

༄༅། །བྱང་ཆུབ་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ། །།ཁ།།

རྗེ་ཙོང་ཁ་པ་བློ་བཟང་གྲགས་པ།།

Tsongkhapa

Đại Luận Về Giai Trình Của Đạo Giác Ngộ

Tập 2

(*Bồ-đề Đạo Thứ Đệ Đại Luận – Quyển Trung*)

༄༅། བྱང་ཆུབ་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ། །ཁ།
རྗེ་ཙོང་ཁ་པ་བློ་བཟང་གྲགས་པ།

Bản Quyền:

Các sai sót trong bản dịch đều là lỗi và trách nhiệm của nhóm dịch thuật Lamrim Lotsawas.

Mọi liên hệ xin liên lạc về người đại diện chịu trách nhiệm phát hành bản dịch điện tử:

Võ Quang Nhân
Phone: 0011-1-832-368-4054
Email: Lang.dau@gmail.com



Tsongkhapa Losangdrakpa (1357 - 1419) – རྗེ་ཙོང་ཁ་པ་བློ་བཟང་གྲགས་པ

Ảnh nguồn: Phuntsok Cho Ling Buddhist Center

•

Trước tiên và trên hết chúng con xin dâng lời tán thán chư Phật, chư Bồ-tát, chư thiên Hộ pháp, chư Thầy, chư Tổ, và chư Tăng thuộc các dòng truyền thừa Phật giáo, đặc biệt là các sư phụ của dòng truyền thừa Nālandā đã hộ trì chánh Pháp dẫn dắt chúng đệ tử tiếp tục bảo tồn các phương tiện tu tập và hướng dẫn chúng con rèn luyện tinh tấn, nương tựa nơi Tam Bảo.

Chúng con xin dâng lên Chánh Đức Dalai Lama bản dịch Lamrim Chenmo với ước nguyện cảm tạ lòng từ bi vô lượng của Ngài đã không mệt mỏi hoằng hóa chánh Pháp và hỗ trợ chúng sinh vô phân biệt trên con đường tu tập bất bạo động.

Nguyện hồi hướng tất cả công đức và các hệ quả tốt đẹp của công trình này về cho sự giác ngộ của toàn thể chúng sinh

Lamrim Lotsawas
Danh Sách Ban Dịch Thuật và Hiệu Đính
Bản Dịch Việt Ngữ – Quyển 2

Dịch Thuật

Lê Xuân Dương
Tiểu Nhỏ
Đàm Quang Trung

Hiệu Đính và Biên Tập

Mai Tuyết Ánh
Lê Xuân Dương
Võ Quang Nhân
Nguyễn Thị Trúc Mai
Nguyên Phương
Lê Lam Sơn

Trách Nhiệm Tổng Quát

Võ Quang Nhân

Lời Tựa Của Chủ Biên Cho Bản Dịch Anh Ngữ

Đây là tập hai trong bản dịch gồm ba tập của Đại Luận Về Giai Trình Đến Giác Ngộ (Byang chub lam rim che ba). Tập này là chung cuộc của một đề án do Trung Tâm Học Tập Phật Giáo Tây Tạng (TTHTPGTT) đề xuất vào năm 1992. Tập một đã được Nhà Xuất Bản Snow Lion xuất bản năm 2000 và tập ba năm 2002. Vị trí trung gian của tập này cho thấy nó là phần chính yếu của Đại Luận. Tập này bàn về tâm Bồ-đề (bodhicitta; byang chub kyi sems) và Bồ-tát hành, các bậc đại nhân mà động lực đằng sau các hành động của họ là tinh thần vị tha này.

Ban Dịch Thuật Lamrim Chenmo đã theo cùng một thủ tục và hình thức đã dùng cho tập một và tập ba, ngoại trừ việc đưa vào các ghi chú về trích dẫn những tham khảo bằng tiếng Phạn và tham khảo (được xác định bằng chữ viết tắt D) danh mục Tohoku (Ui et al. 1934) theo văn bản có chú giải bằng tiếng Tây Tạng của Tsultrim Kelsang Khangkar. Những thành viên của ban phiên dịch tham gia vào tập này gồm có Natalie M. Hauptman, Gareth Sparham, Daniel Cozort, và John Makransky. Những dịch giả này lại cũng sử dụng ấn bản Tso-ngon (mTsho-sngon) của Lam rim chen mo được Tso Ngon People's Press xuất bản tại Zi-ling vào năm 1985. Các dịch giả cũng tham khảo chú giải *Bốn Chú Thích Liên Kết* (Lam rim mchan bzhi sbrags ma) và luôn luôn dùng chú giải này để diễn giải các trích dẫn. Các hiệu đính viên lại có được sự trợ giúp quý báu của các học giả Phật giáo lỗi lạc đương thời người Tây Tạng Denma Lochö Rimbochay và Loling Geshe Yeshe Tapkay; các vị này đã đọc hết văn bản và thảo luận các đoạn khó. Trong suốt 12 năm của đề án, các hiệu đính viên đã biết được sự quý báu và hiếm hoi của hai quý nhân này.

Trong khi làm việc với đề án, tôi thường có ảo tưởng rằng chính tôi đã làm tất cả mọi việc. Tuy nhiên, như được đề cập trong tập sách này, sự phân biệt giữa cái ta và người khác không sắc nét

như chúng ta thường suy nghĩ. Do đó, tôi muốn cảm tạ những đóng góp to lớn của những người khác, những người cũng đóng những vai trò thiết yếu như tôi trong việc đưa đề án này tới chỗ hoàn tất. Trong những lời tựa của hai tập kia tôi đã cảm tạ nhiều người, và tôi luôn ghi nhớ sự giúp đỡ không ngừng của họ với tấm lòng yêu mến sâu xa nhất. Tuy nhiên tôi sẽ thiếu sót nếu như tôi không đặc biệt cảm tạ một số người mà những đóng góp của họ đã đặc biệt lợi lạc cho tôi trong hai năm qua, thời gian cần thiết để hoàn tất tập cuối cùng này.

Tôi xin được đặc biệt bày tỏ lòng tri ân sâu xa nhất lên Đức Dalai Lama, nguồn hứng khởi bất tuyệt cho công trình này. Các hoạt động của ngài là hiện thân của những lý tưởng cao cả được mô tả trong tập sách, quả thật như thế ngài là ánh sáng hy vọng cho những ai ước muốn hòa bình trong thế giới đầy tranh chấp này. Để đáp lại sự khẩn cầu của tôi, ngài nói rằng ngài sẽ giảng dậy toàn bộ Đại Luận tại TTHTPGTT, và tôi nguyện cầu cho vinh dự to tát này sớm trở thành hiện thực. Tôi cũng không ngừng đội ơn thầy bổn sư của tôi, Geshe Ngawang Wangyal, ảnh hưởng sâu xa của người trong cuộc đời tôi đã khiến người trở thành nguồn sức mạnh yểm trợ luôn luôn hiện diện. Bao giờ cũng vậy, tôi cảm kích những nỗ lực của các dịch giả và của các học giả người Tây Tạng được nhắc tới ở trên. Đặc biệt tôi muốn nói tới hai học giả người Tây Tạng. Geshe Yeshe Tapkay đầu tiên đề nghị tôi tiến hành đề án này và sau đó đề án đã nhận được những trợ giúp quý báu và không một chút ngần ngại của ông. Denma Lochö Rimbochay đã luôn hướng dẫn và yểm trợ cho tôi. Tôi vô cùng biết ơn lòng từ ái quảng đại mà hai vị đã dành cho tôi. Trong số các dịch giả tôi đặc biệt cảm kích những nỗ lực phụ trội của Gareth Sparham, người đã hiệu đính bản thảo gốc, đưa vào tất cả các ghi chú về trích dẫn, và soạn thảo thư mục tác giả. Tôi cũng rất biết ơn Guy Newland, người đã đưa ra những gợi ý thích đáng làm sáng sủa cho bản dịch. Tôi cũng cảm tạ Gray Tuttle và Brady Whitton đã đưa ra những đề nghị hiệu đính đầy thâm ý. Tôi cũng rất biết ơn người chủ biên của Snow Lion là Susan Kyser về tất cả những nỗ lực tốt bụng

trong việc làm kỹ lưỡng của cô để cho văn bản có tính nhất quán, không mắc phải những điểm trái ngược nhau. Ngoài ra tôi cũng xin cảm tạ Steven Rhodes của Snow Lion về sự trợ giúp liên quan đến thư mục tác giả, cũng như Jeff Cox và Sidney Piburn về sự ủng hộ và khuyến khích của họ.

Tôi cũng muốn bày tỏ lòng cảm kích của tôi tới toàn thể gia đình, thân hữu, học viên, và ủng hộ viên của TTHTPGTT, những người từ tấm lòng của mình đã đóng góp để cho công trình này thành hình: song thân của tôi, Eric and Nancy Cutler, tấm lòng tốt không thể đong lường được của các vị là điều tôi không thể nào đền trả được; Buff và Johnnie Chace và, Ben, con trai của họ về tình bạn quý báu và yểm trợ tài chính; các bạn bè và yểm trợ viên khác của tôi – Alexander Levchuk, Martha Keys, Pierroluigi Squillante, Mukesh and Sepna Sehgal, Sharon Cohen, Frank and Raksha Weber, Chip và Susan Carlin, Harvey Aronson và Anne C. Klein, Elizabeth S. Napper, Thao và Gai Nguyen, Al Bellini, Victoria Jenks, Jim và Bonnie Onembo, Nick và Shelley Guarriello, Pence và Joanie Ziegler, David và Victoria Urubshurow, Frank và Khady Lusby, Jane Bullis, Jim Mershon, Vera Krivoshein, Sally Ward, Chot và Armen Elliott, và Louise Duhaime; một số học viên của TTHTPGTT về sự yểm trợ của họ – Amy và John Miller, Jennifer Collins, và Thomas Santornartino; và các tiến sĩ của TTHTPGTT – Peter Beskyd, James Goodwin, Frank Viverette, Jerry Cohen, David và Ming Ming Molony, Davis Smith và Kendra Lawrence, và Robert Blease.

Tôi muốn nói đến một người mà qua sự cộng tác vào đề án này đã khiến cho tất cả mọi thứ khác có thể thực hiện được. Tính chất các trách nhiệm của tôi tại TTHTPGTT đa tạp tới mức tôi không thể nào đặt tay lên bàn phím gõ chữ được nếu tôi không có được sự hỗ trợ của vợ tôi Diana. Kể từ khi đề án khởi đầu, nhà tôi đã quên mình, càng ngày càng gánh vác thêm nhiều nhiệm vụ để TTHTPGTT hoạt động trôi chảy đồng thời giúp tôi trong đề án phiên dịch này bất cứ khi nào cần thiết. Trong suốt 12 năm thực hiện đề án, tôi khó mà có thể đi đúng những gì đã

đề ra và điều này chỉ có thể thực hiện được do lòng tận tụy sâu xa của Diana đối với tầm nhìn bao la của thầy bổn sư của chúng tôi, năng lực và lòng nhiệt tình vô bờ, một khả năng bền vững để luôn đặt những quyền lợi của mình xuống hàng thứ yếu cũng như trí thông minh rất thực tiễn của nhà tôi. Cũng như đứa trẻ lớn lên nhờ vào tình thương và sự bảo bọc của người mẹ, tương tự như vậy, Diana chính là người mẹ của công trình dịch thuật này. Tôi sẽ mãi mãi nhớ ơn điều này.

Joshua W.C. Cutler
Trung Tâm Học Tập Phật Giáo Tây Tạng
Washington, New Jersey

Mục Lục

Bảng Chữ Viết Tắt

A-kya	A-kya-yongs-'dzin, *Lam rim brda bkroi*
AA	*Abhisamayālaṃkāra-nāma-prajñāpāramitopadeśa-śāstra-kārikā*
AK	*Abhidharma-kośa-kārikā*
AKbh	*Abhidharma-kośa-bhāṣya*
AS	*Abhidharma-samuccaya*
Bhk	*Yogā-caryā-bhūmau-bodhisattva-bhūmi*
BCA	*Bodhisattva-caryāvatāra*
Bk1	1st *Bhāvana-krama*
Bk2	2nd *Bhāvana-krama*
Bk3	3rd *Bhāvana-krama*
Bpālita	*buddhapālita-mūlamadhyamaka-vṛtti*
Chn.	*Chinese*
Cś	*Catuḥ-śataka-śāstra-kārikā-nāma*
D	*sDe dge* Các bản dịch kinh và luận Tạng ngữ
Great Treatise 1	Cutler et al. 2000
Great Treatise 2	Cutler et al. 2000
Great Treatise 3	Cutler et al. 2002
Jm	*Jātaka-mālā*
LRCM	Tsongkhapa (1985) *sKyes bu gsum gyi myams su blang ba'i rim pa thams cad tshang bar ston pa'i byang chub lam gyi rim pa*
MAV	Madhyamakāvatāra
MAVbh	Madhyamakāvatāra-bhāṣya
mChan	'Jam-dbyangs-bzhad-pa, et al. *Lam rim mchan bzhi sbrags ma*
MSA	*Mahāyānā-sūtralaṃkāra-kārikā*
P	Suzuki (1955-61)
PPd	*Prasanna-padā, Dharamala 1968*
PPs	*Prasanna-padā, La Vallée Poussin 1970a*
PS	*Paramitā-samāsa*
RGV	*Uttara-tantra* (*Ratna-gotra-vibhāga*)

rNam thar rgyas pa	Nag-tsho, *Jo bo rje dpal Idan mar me mdzad ye shes kyi mam thar rgyas pa*
Rā	*Rāja-parikatha-ratnavali*
Śbh	*Yogā-caryā-bhūmau-śrāvaka-bhūmi*
Skt.	Sanskrit
SP	*Sad-dharma-puṇḍarīka-nāma-mahāyānā-sūtra*
SR	*Sarva-dharma-svabhā-samatā-vipañcita-samādhi-rāja-sūtra*
Tib.	*Tibetan*
Toh	Ui et al. 1934
Ud	*Udāna-varga*
Vs	*Viniścaya-saṃgrahaṇi*
VV	*Vigraha-vyāvartanī*
VVv	*Vigraha-vyāvartanī-vṛtti*
YS	*yukti-ṣaṣṭhikā*
YSv	*yukti-ṣaṣṭhikā-vṛtti*

Dàn Ý cho quyển 2

[Chương 1 Các giai đoạn của lộ trình dành cho những cá nhân có khả năng cao]

3. Các cấp bậc lộ trình của sự luyện tập tâm thức dành cho những cá nhân có đại thiện căn

a) Chỉ ra rằng chỉ có sự phát triển của Tâm giác ngộ là cánh cửa duy nhất dẫn đến Đại thừa.

b) Làm thế nào để phát triển Tâm giác ngộ.

i) Tâm giác ngộ phụ thuộc ra sao vào sự nảy sinh của những nguyên nhân chính

a’. Sự phát triển của Tâm giác ngộ qua bốn duyên

b’. Sự phát triển của Tâm giác ngộ qua bốn nguyên nhân

c’. Sự phát triển của Tâm giác ngộ qua bốn sức mạnh

[Chương 2 Từ bi, cánh cửa bước vào Đại thừa]

ii) Giai trình rèn luyện tâm giác ngộ

a’ Rèn luyện trên nền tảng giáo huấn Bảy phép luyện tâm trong truyền thừa truyền từ Trưởng Lão [Atiśa]

1’ Phát triển vững chắc về thứ tự cửa các giai đoạn

a’’ Chỉ rõ cội nguồn của Đại thừa là từ bi

1’’ Tầm quan trọng của từ bi trong giai đoạn khởi đầu

2’’ Tầm quan trọng của từ bi trong giai đoạn giữa

3’’ Tầm quan trọng của từ bi trong giai đoạn cuối

b’’ Sáu phép luyện tâm còn lại đều là các nhân hay quả của tâm từ bi

1’’ Cách thức của „Bốn phép luyện tâm” đầu tiên – Qua sự phát triển tình thương nhận ra tất cả chúng sinh như mẹ của mình hoạt động như là các nguyên nhân của tâm từ bi

2’’ Cách thức tạo lòng tận tụy vô điều kiện và tâm giác ngộ như là các hậu quả của từ bi

[Chương 3 Bảy phép luyện tâm]

2’ Sự rèn luyện từng bước

a’’ Rèn tâm để có được sự kiên quyết vì lợi ích của chúng sinh

1’’ Xác lập nền tảng để phát triển thái độ này

(a) Đạt được tâm bình đẳng hướng về chúng sinh

(b) Yêu mến tất cả chúng hữu tình

(i) Nuôi dưỡng nhận thức rằng mọi chúng sinh đều là mẹ của mình

(ii) Nuôi dưỡng ký ức về lòng tốt của họ

(iii) Nuôi dưỡng ước nguyện đền đáp lòng tốt của họ

2’’ Phát triển thái độ kiên quyết đến lợi ích của tha nhân

(a) Nuôi dưỡng tình yêu thương
(b) Nuôi dưỡng lòng từ bi
(c) Nuôi dưỡng sự quyết tâm tuyệt đối
b'' Luyện tâm kiên quyết đạt giác ngộ
c''Nhận ra tâm giác ngộ, thành quả của sự rèn luyện
[Chương 4 Hoán Chuyển Ngã-Tha]
b' Rèn luyện dựa trên các giảng dạy của đứa con của các đấng chiến thắng, ngài Tịch Thiên
1' Quán chiếu về những lợi lạc của việc hoán đổi giữa bản thân và người khác {hoán chuyển ngã-tha} và sai sót của việc không hoán đổi như vậy
2' Khả năng hoán chuyển ngã-tha nếu quý vị làm quen với ý nghĩ về việc làm như vậy
3' Các giai đoạn của thiền định về làm sao hoán chuyển ngã-tha
iii) Phương pháp tạo ra tâm giác ngộ
[Chương 5 Lễ Phát Tâm Bồ-đề]
iv) Làm sao để tạo ra Bồ-đề tâm thông qua các nghi lễ
a' Đạt đến điều mà quý vị chưa đạt được
1' Người mà trước người đó quý vị phát khởi Bồ-đề tâm
2' Những cá nhân khởi tạo ra tâm giác ngộ
3' Làm sao để tham gia vào một nghi lễ phát Bồ-đề tâm
a'' Sự chuẩn bị cho nghi lễ
1'' Tiến hành các thực hành đặc biệt để quy y
(a) Sau khi đã trang hoàng nơi tổ chức lễ và thiết lập các vật biểu tượng của Tam Bảo, sắp xếp vật cúng dường
(b) Thỉnh cầu và quy y
(c) Bắt đầu giới nguyện quy y
2'' Tích tập công đức
3'' Thanh tịnh thái độ
b'' Nghi lễ chính thức
c'' Phần kết thúc của nghi lễ
[Chương 6 Nuôi Dưỡng Bồ-đề Tâm]
b' Duy trì và không làm suy yếu những gì quý vị đã đạt được
1' Việc rèn luyện giới luật khiến quý vị không làm suy yếu tâm giác ngộ trong đời này
a'' Việc rèn luyện giới luật để nhớ lại những lợi ích của Bồ-đề tâm
nhằm tăng sức mạnh sự nhiệt tình của quý vị cho nó
b'' Việc rèn luyện giới luật để phát khởi tâm giác ngộ sáu lần mỗi ngày nhằm tăng cường Bồ-đề tâm thực sự
1'' Kiên cường phát triển Bồ-đề tâm nguyện
2'' Rèn luyện nâng cao Bồ-đề tâm nguyện

c’’ Rèn luyện giới luật để không có ý từ bỏ chúng sinh, mà là vì lợi ích của họ, quý vị phát triển tâm giác ngộ

d’’ Việc rèn luyện giới luật để tích lũy các tư lương công đức và trí tuệ siêu phàm

2’ Rèn luyện giới luật khiến cho quý vị cũng không bị tách rời với tâm giác ngộ trong kiếp sống tương lai

a’’ Tu tập trong giới luật để loại bỏ bốn hành vi đen tối vốn làm suy yếu tâm giác ngộ

b’’ Rèn luyện giới luật để áp dụng bốn thực hành trong sáng giữ cho tâm giác ngộ khỏi suy yếu

c’ Phương pháp tu sửa Bồ-đề tâm nếu quý vị làm suy yếu nó

[Chương 7 Dẫn Nhập về Lục-độ-Ba-la-mật-đa]

c) Cách tu học Bồ-tát hành sau khi đã phát tâm giác ngộ

i) Lý do vì sao phải tu tập sau khi đã phát tâm Bồ-đề

ii) Chứng minh rằng quý vị sẽ không thể nào trở thành Phật bằng cách tu học phương tiện hay trí huệ một cách riêng biệt

[Chương 8 Tu Tập Đại Thừa: Các Giới Luật và Ba-la-mật-đa]

iii) Giải thích tiến trình tu học giới luật

a’ Cách tu tập theo Đại thừa nói chung

1’ Xác lập nguyện ước tu học giới luật của tâm giác ngộ {Bồ-đề tâm}.

2’ Thọ giới con Phật {Bồ-tát giới} sau khi đã phát nguyện học giới luật của tâm giác ngộ.

3’ Cách thức rèn luyện sau khi thọ giới

a” Nền tảng của giới luật

b” Cách thức mà tất cả các giới luật được thu tóm trong sáu Ba-la-mật-đa

1” Thảo luận chủ đề chính, số lượng Ba-la-mật-đa cố định

(a) Số lượng các Ba-la-mật-đa cố định dựa trên đẳng cấp cao

(b) Số lượng các Ba-la-mật-đa cố định dựa trên việc viên thành hai mục tiêu

(c) Số lượng các Ba-la-mật-đa cố định dựa trên việc viên thành các mục tiêu của người khác

(d) Số lượng các Ba-la-mật-đa cố định và sự thu nhiếp của chúng đối với toàn bộ hệ thống Đại thừa

(e) Số lượng các Ba-la-mật-đa cố định trong khuôn khổ viên mãn của các lộ trình hay phương tiện

(f) Số lượng các Ba-la-mật-đa cố định dựa trên tam vô lậu học {giới, định, và tuệ}

2” Thảo luận phụ về thứ tự cố định của các Ba-la-mật-đa

(a) Thứ tự khởi sinh

(b) Thứ tự cao thấp

(2’)) Giải thích chi tiết về vật bên ngoài {vật ngoại thân} được và không được bố thí

(a’’)) Cách thức không bố thí vật bên ngoài

(1’’)) Bố thí không thích hợp về phương diện thời gian

(2’’)) Bố thí không thích hợp về phương diện vật cho

(3’’)) Bố thí không thích hợp về phương diện người {nhận bố thí}

(4’’)) Bố thí không thích hợp về phương diện vật chất

(5’’)) Bố thí không thích hợp về phương diện mục đích

(b’’)) Cách thức bố thí vật ngoại thân

(b)) Phải làm gì nếu không thể bố thí

(c)) Sử dụng biện pháp đối trị chướng ngại trong việc bố thí

(1)) Chướng ngại không quen bố thí

(2)) Chướng ngại tài sản sa sút

(3)) Chướng ngại tham chấp

(4)) Chướng ngại không nhìn thấy mục tiêu

(2’’) Bố thí thuần túy bằng ý nghĩ

(d’’) Tóm tắt

[Chương 11 Trì Giới Ba-la-mật-đa]

(ii) Cách thức tu tập trì giới Ba-la-mật-đa

(a’) Trì giới là gì?

(b’) Cách bắt đầu tu tập trì giới

(c’) Phân loại giới luật

(1’) Giới luật kiềm chế

(2’) Giới luật tích luỹ công đức

(3’) Giới luật hành động vì lợi lạc chúng sinh

(c’) Cách tu tập

(d’) Tóm tắt

[Chương 12 Nhẫn Nhục Ba-la-mật-đa]

(iii) Cách tu tập nhẫn nhục Ba-la-mật-đa

(a’) Nhẫn nhục là gì?

(b’) Cách thức bắt đầu tu tập nhẫn nhục Ba-la-mật-đa

(c’) Phân loại nhẫn nhục

(1’) Phát triển nhẫn nhục bất kể nguy hại xảy ra cho mình

(a’’) Ngưng sự thiếu nhẫn nhục đối với những kẻ làm hại mình

(1’’) Ngừng sự thiếu nhẫn nhục đối với những kẻ ngăn trở hạnh phúc của mình và những kẻ gây đau khổ cho mình

(a)) Chứng minh rằng sân hận là không đúng

(1)) Phân tích về mặt đối tượng thì sân hận là không chính đáng

(a’)) Phân tích cho thấy bất kể đối tượng có tự chế được hay không, thì sân hận là không chính đáng

(b’)) Phân tích cho thấy bất kể là ngẫu nhiên hay bản năng, thì sân hận là không chính đáng.

(c’)) Phân tích cho thấy bất kể sự gây hại là trực tiếp hay gián tiếp, thì sân hận là không chính đáng

(d’)) Phân tích cho thấy bất kể nguyên nhân thúc đẩy kẻ gây ác, thì sân hận là không chính đáng

(2)) Phân tích về mặt chủ quan thì sân hận là không chính đáng

(3)) Phân tích về cơ bản, thì sân hận là không chính đáng

(a’)) Phân tích nguyên nhân của việc gây hại và sự sai sót từ đâu

(b’)) Phân tích sự cam kết của mình

(b)) Chỉ ra rằng lòng bi mẫn là phù hợp

(2’’) Ngừng sự thiếu nhẫn nhục đối với những ai ngăn trở sự tôn kính, tiếng tăm hay danh dự của mình và với những ai xem thường mình hoặc những ai nói lời xúc phạm hay khó nghe về mình

(a)) Ngừng sự thiếu nhẫn nhục đối với những người ngăn trở mình ba sự việc – sự tôn kính, tiếng tăm hay danh dự

(1)) Quán chiếu rằng ba thứ này vốn thiếu các phẩm tính tốt đẹp

(2)) Quán chiếu rằng ba thứ này vốn có các khiếm khuyết

(3)) Sự cần thiết hoan hỷ nhờ có những ai ngăn trở sự tôn kính và vv... của mình

(b)) Ngừng sự thiếu nhẫn nhục đối với những ai xem thường hoặc nói những lời xúc phạm hay khó nghe về mình

(b'') Ngưng cả sự không hài lòng với thành công của những người gây hại lẫn sự thoả thích khi họ gặp rắc rối

(2') Phát triển nhẫn nhục chấp nhận khổ đau

(a'') Lý do phải dứt khoát chấp nhận khổ đau

(b'') Cách thức phát triển sự chấp nhận

(1'') Bác bỏ ý nghĩ cho rằng khi khổ đau xảy đến thì đó là tuyệt đối khó chịu.

(2'') Chứng minh rằng chấp nhận khổ đau là phù hợp

(a)) Quán chiếu về các phẩm tính tốt của khổ đau

(b)) Quán chiếu về các thuận lợi của sự chịu đựng các gian khó khổ đau

(1)) Quán chiếu về các lợi lạc cốt lõi chẳng hạn như sự giải thoát và vv...

(2)) Quán chiếu về lợi ích của việc xua tan khổ đau bất khả tư lường {đau khổ khôn lường}

(c)) Cách thức mà việc chịu đựng khổ đau không còn khó nữa nếu mình từng bước làm quen với nó, bắt đầu với khổ đau nhỏ

(c'') Giải thích chi tiết từ các quan điểm của các nền tảng

(3') Phát triển nhẫn nhục về sự xác tín vào giáo pháp

(d') Cách tu tập

(e') Tóm tắt

[Chương 13 Tinh Tấn]

(iv) Cách thức tu tập tinh tấn Ba-la-mật-đa

(a') Tinh tấn là gì?

(b') Cách bắt đầu tu tập tinh tấn

(c') Phân loại tinh tấn

(1') Các Phân loại thực tế

(a") Tinh tấn như áo giáp

(b") Tinh tấn huân tập công đức

(c") Tinh tấn của hành vi vì lợi lạc của chúng sinh

(2') Phương pháp phát triển tinh tấn

(a") Loại trừ các duyên {điều kiện} không thuận lợi ngăn trở tinh tấn

(1”) Nhận diện những yếu tố không tương thích với tinh tấn
(2”) Vận dụng phương pháp để loại bỏ những yếu tố không tương thích
(a)) Ngưng thói lười biếng trì hoãn
(b)) Ngưng tham luyến vào những hoạt động thấp kém
(c)) Ngưng chán nản hay tự khinh miệt
(1)) Ngưng chán nản về mục tiêu
(2)) Ngưng chán nản về các phương tiện để đạt mục đích
(3)) Ngưng chán nản bởi vì bất kể ngươi ở đâu đều là nơi để tu tập
(b”) Thu thập các năng lực của sự thuận duyên
(1”) Phát triển năng lực của ước nguyện
(2”) Phát triển năng lực của kiên định
(3”) Phát triển năng lực của hoan hỷ
(4”) Phát triển năng lực của ngừng nghỉ
(c”) Căn cứ vào việc loại bỏ những duyên không thuận lợi và huân tập thuận duyên, hãy chuyên chú tinh tấn
(d”) Cách thức vận dụng tinh tấn để đưa thân và tâm vào trạng thái hoạt dụng {trạng thái hoạt động tốt}
(d’) Cách tu tập
(e’) Tổng kết
[Chương 14 Thiền Định và Trí Huệ]
(v) Cách thức rèn luyện thiền định Ba-la-mật-đa
(a’) Sự ổn định từ thiền {an định thiền} là gì?
(b’) Cách bắt đầu tu tập thiền định
(c’) Phân loại thiền định
(d’) Cách thức tu tập
(e’) Tổng kết
(vi) Cách thức rèn luyện trí huệ Ba-la-mật-đa
(a’) Trí huệ là gì?
(b’) Làm thế nào để khởi phát trí huệ
(c’) Phân loại trí huệ
(1’) Trí huệ hiểu biết chân đế {tối hậu}
(2’) Trí huệ hiểu biết tục đế {tương đối}
(3’) Trí huệ hiểu biết cách hành động vì lợi lạc chúng sinh
(d’) Cách thức tu tập
(e’) Tổng kết

[Chương 15 Giúp Người Phát Triển – Bốn Phương Tiện Thu Phục Đệ Tử]

(b) Tu tập tứ nhiếp pháp để thu phục đệ tử, giúp người khác tưởng thành

(i) Tứ nhiếp pháp là gì?

(ii) Lý do chúng được ước định là bốn phương pháp

(iii) Các chức năng của Tứ nhiếp pháp

(iv) Việc cần thiết dựa vào Tứ nhiếp pháp của những người thu phục đệ tử

(v) Vài giảng giải chi tiết

Chương 1: Giai Trình Dành Cho Những Cá Nhân Có Khả Năng Cao

3. Các cấp bậc lộ trình của sự luyện tập tâm thức dành cho những cá nhân có đại thiện căn
   a) Chỉ ra rằng chỉ có sự phát triển của Tâm giác ngộ là cánh cửa duy nhất dẫn đến Đại thừa.
   b) Làm thế nào để phát triển Tâm giác ngộ {Bồ-đề tâm}[1].
      i) Tâm giác ngộ phụ thuộc ra sao vào sự nảy sinh của những nguyên nhân chính
         a'. Sự phát triển của Tâm giác ngộ qua bốn duyên
         b'. Sự phát triển của Tâm giác ngộ qua bốn nguyên nhân
         c'. Sự phát triển của Tâm giác ngộ qua bốn sức mạnh

ॐ

Các bậc tôn kính và xuất chúng đều có tâm đại từ bi, con xin cúi đầu đảnh lễ dưới chân các ngài [281]

Sau một thời gian thiền sâu xa về những sai sót của luân hồi từ nhiều phương diện, quý vị sẽ nhận ra rằng luân hồi thực sự chỉ

[1] Bồ-đề tâm (hay tâm giác ngộ, tinh thần giác ngộ) (skt. bodhicitta) là ước nguyện từ bi để đạt đến giác ngộ vì lợi ích của tất cả chúng sinh. Bồ-đề tâm được phân chia làm hai loại: (1) Bồ-đề tâm tương đối dẫn đến ước nguyện từ bi để thành tựu giải thoát vì lợi ích tất cả chúng sinh và để tu tập các phương tiện nhằm đạt mục đích này; (2) Bồ-đề tâm tối hậu là trí tuệ trực chứng bản chất tối hậu của các hiện tượng. Riêng khái niệm Bồ-đề tâm tương đối còn được phân làm hai nhánh: (1) Bồ-đề tâm nguyện là ước nguyện đạt giác ngộ cho lợi ích các chúng sinh khác; và (2) Bồ-đề tâm hành bao gồm Bồ-đề tâm nguyện cùng với việc xúc tiến sáu hạnh Ba-la-mật-đa. *Bodhichitta*. Rigpa Shedra. Truy cập 11/09/2011. <http://www.rigpawiki.org/index.php?title=Bodhichitta>.

là một đốm hỏa ngục sáng mà thôi. Sau đó, quý vị sẽ tận lực với mong ước để đạt giác ngộ, loại bỏ mọi phiền não và đau khổ. Nếu nương theo một lộ trình thuộc về tam vô lậu học, quý vị sẽ đạt được sự giải thoát khỏi luân hồi và thực sự không bị đảo ngược, không giống như trạng thái thiên đường trong cõi luân hồi. Tuy nhiên, những sai sót đã bị loại trừ và thành tựu các phẩm chất tốt đẹp của quý vị sẽ không hoàn toàn. Vậy nên, quý vị sẽ không hoàn tất các mục tiêu của chính mình và chỉ có thể hoàn tất các mục tiêu của tha nhân một cách giới hạn. Sau cùng rồi thì một vị Phật sẽ hóa độ cho quý vị và quý vị sẽ bước vào Đại thừa. Những thiện tri thức đều bước vào Đại thừa ngay từ buổi ban đầu. Theo như *Ba-la-mật-đa Tập Luận*, ngài Thánh Dũng có nói[1]:

> Một khi ngươi từ bỏ hai thừa thấp
> Vốn không đủ sức mang lại hạnh phúc cho chúng sinh
> Hãy bước vào thừa do Đức Thế Tôn từ bi đã dạy
> Nơi này chỉ có sự giúp đỡ cho tha nhân [282]

Và

> Khi con người thấy niềm vui và bất hạnh chỉ tựa một giấc mộng
> Và chúng sinh suy đồi bởi sai sót của vọng niệm,
> Làm sao có thể chỉ lo mong phúc lợi riêng mình
> Bỏ rơi đi niềm vui trong các hành vi vị tha tuyệt diệu?

Khi chúng ta nhận thấy chúng sinh, như chúng ta, rơi vào trong bể luân hồi và ngã vấp, không tìm thấy một hướng đi an toàn vì do mắt trí huệ – vốn giúp chúng ta phân biệt điều cần tiếp thu và điều cần loại bỏ – đã khép kín, thật là tốt hơn hay không nếu

---

[1]BA2 *Paramitā-samāsa* 6.65-66; D3944: Khi 234b6-7. Hai thừa thấp hơn là Thanh Văn và Duyên Giác thừa.

chăm lo cho tha nhân và đấu tranh cho phúc lợi của họ, hỡi quý vị, những người thuộc dòng dõi của đấng Thế Tôn? Như cùng một bản luận có dạy[1]:

> Sao lại không – Những ai thuộc dòng dõi Thế Tôn
> Và những ai hành sự vì phúc lộc của thế gian này
> Có lòng từ với chúng sinh lầm lỡ, bởi do mắt trí huệ bị che mờ
> Một lòng bền chí, hỷ xả xóa sạch mơ hồ này.

Ở đây quý vị nên sử dụng lòng hoan hỷ, uy tín và sức mạnh để gánh vác trách nhiệm vì hạnh phúc của chúng sinh, bởi vì đặc tính chỉ biết mang lại lợi ích, hạnh phúc cho chính mình cũng có ngay cả trên những con vật. Do đó sự định hướng cơ bản của các đại hành giả là chỉ tập trung để thành tựu hạnh phúc và lợi ích cho tha nhân. Như trong *Học Sinh Thư* của Ngài Nguyệt Quan có viết[2]:

> Cỏ dồi dào gia súc gặm miệt mài
> Và khi khổ vì khát, chúng phúc hạnh uống nước, nơi tìm gặp
> Những ai nỗ lực mang phúc lợi cho chúng sinh
> Bằng lòng tin, niềm vui và đầy sức mạnh
> Như tia nắng mặt trời chiếu rạng mọi nơi, như du hành trên cỗ xe ngựa kéo
> Đây – nền tảng cống hiến thế gian, không suy lường hơn thiệt
> Như bản tính của kẻ thiện căn luôn quên tư lợi
> Họ hiến thân cho những gì đem lại hạnh phúc và lợi ích cho hoàn cầu.

---

[1]BA3 Ibid.: 6.67; D3944: Khi 234b7-235al.

[2]BA4 *Śiṣya-lekha:* 100-101; D4183: Nge 52a5-6.

Người thấy được chúng sinh bị hành hạ bởi đau khổ nêu trên và người nhanh chóng hành động cho lợi ích của chúng sinh được gọi là „hiền nhân" và là một „bậc thiện xảo". [283] Cùng bản luận có dạy[1]:

Những ai nhận thấy nhân sinh bối rối bởi mây khói vô minh bao phủ nhân gian
Bất lực rơi vào ngọn lửa cháy rực của đau khổ
Và vội vàng, cố gắng như thể mình đang rơi trên lửa
Đấy chính là các „hiền nhân" hay các „bậc thiện xảo"

Do đó, Đại thừa như là cội nguồn của tất cả điều tốt đẹp cho chính mình và cho chúng sinh; như là liều thuốc làm giảm đi những khổ đau, phiền não; như là một đại lộ được chu du bởi tất cả thiện tri thức; như là nguồn nuôi dưỡng của tất cả những ai nghe thấy, nhớ tưởng, tìm đến và tu học với nó; và như là một nơi có đại phương tiện thiện xảo để quý vị xúc tiến vì phúc lợi của tha nhân, và do đó, gián tiếp thành tựu lợi ích cho chính quý vị trong toàn thể. Ai bước vào đó đều nghĩ rằng: „Ô thật tuyệt vời, tôi đã tìm thấy những gì mà tôi tìm kiếm bấy lâu nay". Hãy bước vào thừa tối cao này với tất cả „sức mạnh của một người xuất chúng" mà quý vị có. Trong *Ba-la-mật-đa Tập Luận* có nói[2]:

Thừa tối cao này được thấu rõ bởi chân trí huệ.
Từ nó mà nhất thiết trí của đấng Như Lai phát khởi
Như mắt của thế gian này
Ánh hào quang từ ngài như các tia sáng mặt trời mọc

---

[1]BA5 Ibid.: 102; D4183: Nge 52a7-bl.
[2]BA6 PS: 6.69; D3944: Khi 235a2.

Do đó, hãy bước vào Đại thừa sau khi quý vị đã phát triển niềm tôn kính to tát có được bởi việc hiểu ra các phẩm chất tốt đẹp của nó từ nhiều khía cạnh khác nhau [của Đại thừa].

3. Việc rèn luyện tâm thức trong các đạo trình dành cho những người đại thiện căn

Việc rèn luyện tâm thức trong các đạo trình dành cho những người đại thiện căn được trình bày với ba mục sau:

1. Chỉ ra rằng chỉ có sự phát triển của Tâm giác ngộ {tâm Bồ-đề} là cánh cửa duy nhất dẫn vào Đại thừa
2. Làm thế nào để phát triển Tâm giác ngộ (chương 1 đến 6)
3. Làm thế nào để tu học Bồ-tát hành sau khi đã phát triển tâm Bồ-đề (chương 7 và tiếp sau)

a) Chỉ ra rằng chỉ có sự phát triển của Tâm giác ngộ là cánh cửa duy nhất dẫn đến Đại thừa

Vấn: Giả sử là hành giả nên bước vào Đại thừa {cỗ xe lớn} bằng cách trên, thì nhập môn là gì?

Đáp: Như Đức Thế Tôn đã dạy rằng không có các cỗ xe lớn nào khác hơn Ba-la-mật-đa thừa {Toàn hảo thừa, Hiển thừa hay Kinh thừa} và Mật thừa {Mật chú thừa, Kim Cang thừa}. Cánh cửa duy nhất để quý vị bước vào hai Thừa này đó chính là Tâm giác ngộ. Một khi quý vị tạo nên được Tâm giác ngộ này trong tâm thức của mình thì quý vị được công nhận là một hành giả Đại thừa mặc dù vẫn chưa tạo dựng được một số đức hạnh khác [284]. Một khi quý vị rời bỏ tâm giác ngộ này thì bất kể quý vị có thể có được những phẩm hạnh nào – ví dụ như tri kiến về tính Không vv... – thì quý vị đánh mất Đại thừa, rơi vào các tầng của Thanh Văn và các bậc tương tự. Điểm này đã được giảng dạy trong nhiều Kinh điển Đại thừa và đã được chứng minh bằng lý luận.

Cánh cửa đầu tiên để bước vào Đại thừa là lòng quyết tâm phát triển Tâm giác ngộ cho riêng mình. Chỉ cần đánh mất Tâm Bồ-đề này thì được xem có hậu quả là rời bỏ Đại thừa. Do đó, việc

có là một hành giả Đại thừa hay không tùy thuộc vào việc có hiện hữu hay không tâm này. Như vậy sau khi Tâm giác ngộ này được phát khởi, ngay lập tức quý vị trở thành người con của Đức Thế Tôn. Như *Nhập Bồ-đề Hành Luận* của Tịch Thiên có nói[1]:

> Lúc bất lực, bị trói buộc trong tù tội luân hồi
> Quyết một lòng phát triển Tâm giác ngộ
> Họ, gọi là „ những con trẻ của Như Lai"[2] ...

Và:

> Hôm nay con được sinh ra trong gia đình của đức Phật
> Con trở thành người con của các đấng Như Lai

Như vậy điều này đã chỉ rõ một khi quý vị phát khởi được Tâm giác ngộ quý vị được gọi là một „Bồ-tát". Hơn nữa, trong *Di-lặc Hữu Vị Giải Thoát* đã nói các hành giả trở thành các Bồ-tát nếu có Tâm giác ngộ này mặc dù vẫn chưa trau dồi những việc làm Bồ-tát[3]:

---

[1]BA7 *Bodhisattva-caryāvatāra*: (BCA): 1.9a-c, 3.26cd. cũng được trích tại LRCM: 90.6; *Great Treatise* 1: 134.

[2]Nhắc lại, các thuật ngữ như "con Phật", "con của Như Lai", ... ám chỉ các Bồ-tát (tại gia hay xuất gia) nếu được dịch theo từ ngữ Hán-Việt thì trở thành "Phật tử". Tuy nhiên, vì ngày nay thuật ngữ này không còn gói gọn trong nghĩa nguyên thủy mà các kinh văn đề cập (tức là các Bồ-tát) nên để tránh nhầm lẫn chúng ta sẽ không dùng thuật ngữ *Phật tử* trong trường hợp kinh văn đề cập.

[3]BA8 Trích dẫn này từ *Bhavana-krama* (*Giai Trình Thiền Phần Hai*) (Bkl), Tucci 1958:501; D3915: Ki 24a5-6. Bản dịch trong *Ārya-maitreya-vimokṣa* (*Di-Lặc Hữu Vi Giải Thoát*) có lẽ là một phần của *Buddhavataṃsaka-sūtra* (*Kinh Hoa Nghiêm*), D44: A 323a5-bl với chút ít sai biệt.

Ôi người con của truyền thừa tuyệt hảo, dẫu cho kim cương quý giá bị tan vỡ vẫn luôn tỏa ánh sáng hơn cả các đồ trang hoàng đặc biệt bằng vàng. Nó vẫn không mất đi tên „kim cương quý giá”, vẫn luôn tránh xa tất cả những nghèo nàn. Ôi những người con của truyền thừa tuyệt hảo, tương tự thế, những người đã nuôi dưỡng viên kim cương quý này, vốn là Tâm giác ngộ và nguyện vọng khát khao tới toàn giác, dẫu còn thiếu vận dụng, nó vẫn luôn tỏa sáng hơn tất cả vật trang hoàng bằng vàng với các phẩm chất cao, của Thanh Văn, và Duyên Giác Phật. Những người con sẽ không bao giờ mất đi tên gọi „Bồ-tát”, sẽ xóa bỏ tất cả những thống khổ của luân hồi„

Như trong *Bảo Hành Vương Chính Luận*, hộ pháp Long Thụ có nói[1]:

Nếu như ngươi cũng như nhân loại
Ước mong dành được giác ngộ vô song
Thì nguồn cội điều này là Tâm giác ngộ
Vững bền như núi cả non cao.

Hơn nữa theo *Kim Cương Thủ Điểm Đạo Đại Mật điển* có dạy[2]:

„Ôi đại Bồ-tát, Văn-thù-sư-lợi, maṇḍala Kim Cang thừa này quá ư là bí ẩn, rộng lớn mênh mông, sâu thẳm và không thể thấu hiểu được. Thật không hợp để giảng nghĩa cho các chúng sinh tội lỗi”. [285]

Này Kim Cang Thủ Bồ-tát (Vajrapani), ngươi nói Maṇḍala này hết sức quý hiếm, ta chưa từng nghe thấy Maṇḍala này, và nó cần được giảng giải cho ai?

---

[1] BA9 *Ratnāvalī /Rāja-parikathā-ratnāvalī* (Ra): 2.73cd-74ab; Hahn 1982: 66.

[2] BA10 *Vajrapāṇi-abhiṣeka-mahā-tantra* D496: Da 148b3-4.

Kim Cang Thủ Bồ-tát đáp: Ôi Văn-thù-sư-lợi, những ai đã đạt được Tâm giác ngộ qua thiền định, bạch Văn-thù-sư-lợi, những Bồ-tát này thực hành Bồ-tát đạo – cánh cửa vào Kim Cang thừa – nên nhận lễ quán đảnh trí huệ siêu việt để bước vào Mạṇḍala Kim Cang thừa này. Tuy nhiên, những ai chưa đạt được Tâm giác ngộ hoàn toàn không nên nhập môn Mạṇḍala mật pháp này. Họ không nên ngay cả nhìn Mạṇḍala, hơn nữa không được phép dạy cho những người này thực hành về Mạṇḍala và những câu mật chú".

Bởi vậy, chưa hề đủ nếu một giáo pháp là giáo pháp Đại thừa, mà điều cốt yếu chúng ta phải thực sự là người thực hành Đại thừa. Xa hơn nữa, hoạt động như là một hành giả Đại thừa chỉ phụ thuộc vào sự nhận thức về Tâm giác ngộ. Do đó, nếu quý vị chỉ có hiểu biết trí óc về Tâm giác ngộ, thì quý vị cũng chỉ có hiểu biết trí óc về ý nghĩa để là một người thực hành Đại thừa. Nếu khi Tâm giác ngộ này là hoàn hảo, thì hành giả Đại thừa là chân chính.
Nội dung này đã được dẫn giải bởi *Hoa Nghiêm Kinh*[1]

Ôi những người con của nòi giống đức hạnh, Tâm giác ngộ chính là mầm mống của tất cả phẩm hạnh Phật.

Vì quý vị cần phải lĩnh hội một cách đầy đủ về điều này, tôi sẽ giải thích nó. Khi nước, phân bón, đất và hơi ấm vv... phối hợp với một hạt lúa, chúng sẽ tác động như là là các nguyên nhân tạo mầm non của cây lúa. Nếu những yếu tố này phối hợp với các hạt lúa mì, hạt đậu, vv..., chúng cũng tác động như là nguyên nhân tạo nên mầm non của các loại hạt này. Như vậy, các yếu

---

[1]BA11 *Gaṇḍa-vyūha-sutra* (*Phẩm Hoa Nghiêm*) trong *Buddhavataṃsaka-sūtra* (*Đại Phương Quảng Hoa Nghiêm Kinh*) D44: Ka 309b 1. Trích dẫn tìm thấy trong Bkl, Tucci 1958: 502; D3915: Ki 25al.

tố này là những nguyên nhân chung để tạo nên sự nảy mầm. Song, mặc dù có kết hợp với các điều kiện [duyên] đó lên hạt *lúa mạch* thì cũng không thể nào khiến chúng trở thành nguyên nhân sinh ra một cây mạ non của *hạt lúa gạo* và các cây mầm khác hơn là lúa mạch [268] . Cho nên một hạt lúa mạch là nguyên nhân đặc thù {nguyên nhân chính yếu} tạo ra mầm non của lúa mạch. Cũng như vậy, Tâm giác ngộ vô thượng như một hạt giống, là nguyên nhân đặc biệt cùng với những nguyên nhân chung khác để tạo ra mầm Phật quả. Trí huệ nhận biết được tính Không là nguyên nhân chung của ba trạng thái giác ngộ (Thanh Văn, Duyên Giác Phật, và Bồ-tát). Theo như *Đại thừa Tối Cao Mật điển*, ngài Di-lặc có nói[1]:

> Khát vọng đưa ta tới Tối thượng thừa là hạt giống
> Trí huệ như mẹ giúp ta sinh ra các phẩm hạnh Phật-đà.

Như vậy Tâm giác ngộ như là hạt giống của người cha, còn trí huệ nhận biết vô ngã như là người mẹ. Ví dụ như người cha Tây Tạng không thể sinh ra được đứa con trai Ấn Độ, ..vv, người cha chính là nguyên nhân đặc biệt để tạo ra nòi giống của đứa bé, trong khi một người mẹ Tây Tạng có thể sinh ra được nhiều con trai, do đó người mẹ là nguyên nhân chung để sinh ra những đứa bé của bà ta. Và Thanh Văn, Duyên Giác Phật cũng phụ thuộc vào trí huệ, vì như trong *Tán Dương Bát-nhã Ba-la-mật-đa,* đức hộ pháp Long Thụ có nói[2]:

> Đạo giải thoát mà đức Phật, Duyên Giác Phật, Thanh Văn dứt khoát dựa vào
> Chính là điều này, chắc chắn không còn cách nào khác

---

[1]BA12 *Mahāyānottara-tantra-śāstra* (RGV): 1.34ab; D4024: Phi 7a6-7.

[2]BA13 *Prajñā-pāramitā-stotra* Pandeya 1994: verse 17; D1127: Ka 76b3-4. Tác giả có thể không rõ quan trọng là Long Thụ, Lakśā Bhagavati (Danh Thiên), và Rahulabhadra (La-hầu-la-đa-la).

Sự hoàn hảo của trí huệ đấy là mẹ của cả những đệ tử Tiểu thừa lẫn Đại thừa, vì nó [trí huệ] cũng được kể đến như là người mẹ. Do vậy, không thể phân biệt được Tiểu thừa, Đại thừa bằng trí huệ hiểu biết tính Không, nhưng có thể phân biệt chúng được bằng Tâm giác ngộ và những việc làm có hiệu quả lớn của Bồ-tát. Theo như *Bảo Hành Vương Chính Luận* Long Thụ đã nói[1]:

> Vì khát vọng nguyện, hành,
> Và hoàn tất các hiến dâng của Bồ-tát
> Không thể giải thích theo Thanh Văn thừa
> Thì làm sao ngươi có thể thành Bồ-tát qua con đường đó?

Như vậy đức Long Thụ đã nói quý vị không phân biệt những thừa này bằng tầm nhìn triết lý, mà bằng những hành vi. Nếu như trong cách này, trí huệ nhận biết tính Không, không phải là lộ trình Đại thừa đặc biệt thì nó cũng sẽ tiếp tục mà không kể rằng có các lộ trình chia sẻ khác. [287] Từ đây, mặc dù quý vị rất ít thuần thục với các giáo pháp, song sau khi đã có được một Tâm giác ngộ làm huấn thị cốt yếu dù quý vị chưa tu tập nó, nhưng sau khi nghĩ nhớ về nó dù chỉ qua ngôn từ trong buổi đầu, thì quý vị đã chủ ý tạo được một nỗ lực lớn cho một phần nhỏ đơn giản của lộ trình.

Thường, một đứa trẻ sinh ra cần phải nhờ cả cha và mẹ, quý vị cũng cần phải có đầy đủ cả phương tiện và trí huệ để có một lộ trình tu tập hoàn thiện. Cụ thể, quý vị cần phải có: phương tiện chính yếu là Tâm giác ngộ; và trí huệ chính yếu là tri kiến về tính Không. Nếu quý vị chỉ thiền định chăm chỉ về một trong hai yếu tố trên, và quý vị chỉ đơn thuần tìm sự giải thoát khỏi luân hồi, để đạt được cách giải thoát này thì quý vị chỉ cần thiền định về ý nghĩa của tính Không, tức là vô ngã, thiền định không sai

---

[1]BA14 Ra: 4.90; Hahn 1982:126-127.

sót nhằm đạt tuệ giác. Tuy nhiên, nếu quý vị xem mình là hành giả Đại thừa thì còn cần phải nuôi dưỡng Tâm giác ngộ. Tại sao? Bởi vì quý vị cần có trí huệ để ngăn ngừa rơi vào luân hồi cực đoan và quý vị cần có từ bi để ngăn ngừa rơi vào cực đoan của an tịnh [niết-bàn], Cho nên trí huệ không ngăn ngừa được quý vị rơi vào trạng thái cực đoan của an tịnh. Theo như *Hiện Quán Trang Nghiêm Luận* Ngài Di-lặc đã nói[1]:

Qua tri kiến ngươi không ở lại luân hồi
Qua từ bi ngươi không lưu trong an lạc

Nếu là hành giả Đại thừa, quý vị cần phải rèn luyện Tâm giác ngộ, bởi vì ngay cả trong Tiểu thừa quý vị cũng sẽ không rơi vào tột cùng của luân hồi và điểm chính cản trở trên đường Bồ-tát đó là rơi vào cực kỳ an tịnh.

Khi những người con của đức Thế Tôn, là người giải thích đúng đắn các chú giải về ý nghĩa chủ tâm của đấng Thế Tôn, phát khởi tinh thần giác ngộ tôn quý này trong tâm thức của họ thì họ kinh ngạc và nghĩ rằng một lộ trình thâm diệu như thế đã xuất hiện. Tuy thế, họ không có cùng cảm xúc như thể khi họ đạt đến một phẩm chất tốt đẹp nhỏ làm hài lòng cho các phàm phu. Như *Nhập Bồ-đề Hành Luận* có nói[2]:

Tâm vị tha này không sinh ra
Trong tha nhân ngay cả cho lợi ích của chính họ
Đây là viên ngọc quý của tâm
Mang lại điều diệu kỳ chưa từng thấy.

Và :

---

[1]BA15 *Abhisamayā-laṅkāra-prajñāpāramitopadeśa-śāstra* (AA): I.lOab; D3786: Ka 2a5.

[2]BA16 BCA: 1.25,1.30bcd, 1.36ab, 3.32cd.

Đức hạnh nào sánh bằng đây?
Bằng hữu nào lại như thế?
Công đức nào xứng ngang bằng?

Và

Con xin cuối lạy trước tất cả
Những ai đã khởi tạo ngọc thiêng của tâm thức này. [288]

Và

Đấy là thứ bơ tinh túy
Được đánh ra từ sữa của những lời dạy siêu việt.

Như vậy Tâm giác ngộ chính là lời huấn thị tối thượng, là phần trích tinh túy nhất của kinh điển.

Do đó, dù rằng theo như tôn giả Atiśa với quan điểm Đại thừa của và sư phụ Ser-ling-ba (gSer-gling-pa) của ngài với quan điểm satyākāravādin[1] thì ngài Atiśa đạt được Tâm giác ngộ dựa vào chính mình và đã khiến ngài thành trò giỏi nhất của thiện sư của ngài. Nếu như những hành giả nào thấu hiểu được những cốt lõi của Kinh điển, hãy xem tiểu sử của đại sư Atiśa thì sẽ hiểu rành rọt hơn về điểm mấu chốt của lộ trình này.

---

[1]BA17 Duy thức được chia thành nhóm Satyākāravādin (Thật tướng Duy thức) khẳng định sắc (nguyên tử) của màu xanh trong nhãn thức lĩnh hội màu xanh là thật và nhóm còn lại là Alikākāravādin (Huyễn tướng Duy thức) phủ nhận điều này. Xem thêm *Great Treatise* 3, note 535. Điều này có nghĩa là tư tưởng của Atiśa đã vượt trên sư phụ.

Nếu quý vị phát triển tâm này một cách không tính toán sau nhiều nỗ lực, quý vị sẽ nhập vào Tâm giác ngộ và như vậy quý vị đã tạo ra được một mấu chốt nhỏ làm đòn bẩy cho Bồ-tát hành. Dù sao nếu như quý vị thiếu mất Tâm giác ngộ này thì cho dù cúng dường ngọc ngà châu báu chất đầy Tam thiên đại thiên thế giới trong cõi Ta-bà này cũng không được xem là việc thực hành Bồ-tát Đạo. Cũng vậy, những *hành vi* được xem là Ba-la-mật-đa từ trì giới cho đến trí huệ, cũng như là việc thiền quán lên chính mình thông qua một vị bổn tôn, và thiền quán lên các đường kinh mạch, khí lực luân xa , ..vv... thì cũng không được xem là việc thực hành Bồ-tát đạo.

Nếu như tâm thức quý giá của quý vị không thực hiện những điểm mấu chốt để tu tập thì bất kể quý vị cố gắng để nuôi dưỡng thiện đức trong bao lâu cũng không thành đạt được bao nhiêu. Tựa như là việc cắt cỏ với một chiếc liềm cùn. Nếu như quý vị dùng Tâm giác ngộ như làm chìa khóa của tu tập thì nó như là việc cắt cỏ với chiếc liềm sắc bén – ngay cả khi không cắt cỏ, quý vị vẫn mài bén lưỡi liềm, và khi cắt thì sẽ được một khối lượng lớn trong một thời gian ngắn. Cũng như vậy, nếu Tâm giác ngộ này được tiến hành một cách triệt để thì trong mỗi giây phút quý vị có thể tẩy sạch các chướng ngại, tich lũy công đức và trí huệ siêu việt. Ngay cả một đức hạnh nhỏ cũng có thể lan tỏa rộng lớn, và những công đức đó nếu làm khác đi sẽ bị đánh mất sau một khoản thời gian không hạn kỳ. Theo *Nhập Bồ-đề Hành Luận* có nói[1]:

> Sức mạnh của tội lỗi to tát và mãnh liệt vô cùng
> Ngoài Tâm giác ngộ hoàn hảo
> Liệu đức hạnh nào chiến thắng nổi nó không?

Hay:

---

[1]BA18 BCA: 1.6bcd, 1.14ab, 1.21-22,1.12.

Như ngọn lửa ở cuối mỗi kiếp lượng
Sẽ lập tức thiêu tan các tội lỗi lớn lao. [289]

Lại nữa:

Nếu ai nghĩ: „Tôi sẽ gột sạch
Chỉ những điều phiền não của nhân sanh"
Có được chủ tâm lợi ích đó
Họ nhận được công đức vô hạn
Đến khi đó còn điều chi để nói
Về nỗi khát khao nhằm để xoá tan
Bất hạnh vô lượng của mỗi chúng sanh
Và để phú cho họ vô vàn thiện hạnh

Và

Đức hạnh khác, thảy tựa như thân chuối
Cho xong quả , chúng đều tàn lụi
Tâm giác ngộ như cây ban ước nguyện
Luôn cho quả, không tàn úa, mà chỉ sum xuê

b) Làm thế nào để phát triển Tâm Bồ-đề
Làm thế nào để phát triển Tâm giác ngộ được giải thích qua bốn phần sau

1. Tâm giác ngộ phụ thuộc ra sao từ các nguyên nhân phát sinh
2. Những giai đoạn rèn luyện Tâm giác ngộ (chương 2 – 4)
3. Thước đo thành quả của Tâm giác ngộ (chương 4)
4. Tiếp nhận Tâm giác ngộ ra sao qua quá trình hành lễ (chương 5-6)

i) Tâm giác ngộ phụ thuộc như thế nào vào các nguyên nhân xác định để phát sinh

Tâm giác ngộ phụ thuộc ra sao vào các nguyên nhân xác định để phát sinh được giải thích qua ba phần

1. Sự phát triển của tâm qua bốn duyên cảnh
2. Sự phát triển của tâm qua bốn nguyên nhân
3. Sự phát triển của tâm qua bốn sức mạnh

a' Sự phát triển của tâm qua bốn duyên cảnh

1. Quý vị phát triển Tâm giác ngộ hoặc bằng cách tự thấy cho mình một năng lực phi thường của các đức Phật, của các vị Bồ-tát, hay bởi tự nghe về chúng từ một người đáng tín cẩn, và sau đó nghĩ rằng „Sự giác ngộ này mà trong đó họ tự tại hay trong đó họ mưu cầu thì rất mạnh mẽ".

2. Dẫu cho quý vị chưa thấy, nghe về năng lực như vậy, thì bằng con đường này, quý vị có thể phát triển Tâm giác ngộ qua cách lắng nghe tập hợp Kinh điển vốn dùng giác ngộ vô thượng như là điểm xuất phát và từ đấy khát khao đạt được trí huệ siêu phàm của đức Phật.

3. Dẫu cho có thể chưa nghe thấy giáo pháp, quý vị vẫn có thể phát triển Tâm giác ngộ bằng cách hiểu ra rằng những lời dạy xuất chúng của các vị Bồ-tát đang dần mai một và sau đó nghĩ rằng „Ta sẽ dứt khoát phát triển Tâm giác ngộ để lưu giữ những giáo huấn của các vị Bồ-tát được dài lâu, bởi lẽ sự tồn tại của những giáo huấn này sẽ giúp vô vàn chúng sinh tẩy sạch đau khổ"

4. Dẫu cho quý vị không nhận thấy sự mai một của những giáo huấn này, song quý vị ngẫm nghĩ: „Quả thật là khó phát triển Tâm giác ngộ, ngay cả với các bậc Thanh văn, hay Duyên giác trong thời đại mạt pháp hiện nay, khi mà đầy dẫy những vô minh, vô liêm sỉ, không biết xấu hổ, ghen tuông, bủn xỉn vv.... Như vậy thì điều gì cần thiết để đề cập đến việc phát triển của Tâm giác ngộ tối thượng? Nếu là tôi, tại một thời điểm nào đó,

mà tôi phát triển Tâm giác ngộ thì chắc chắn những chúng sinh khác cũng sẽ làm theo”. Như vậy quý vị phát Tâm giác ngộ trong bối cảnh nhận ra rằng sự khó khăn đòi hỏi để phát triển nó [290]

Sự quan tâm đến Tâm giác ngộ khởi sinh như thế nào từ bốn duyên cảnh trên đã truyền cho quý vị cảm hứng mong muốn thành tựu giác ngộ. Các cách thức mà điều này xảy ra là như sau:

1. Sau khi quý vị nghe thấy về một năng lực siêu phàm, quý vị chợt bừng tỉnh và nghĩ „Ta sẽ đạt được giác ngộ như thế” và bắt đầu phát Tâm giác ngộ.

2. Qua việc lắng nghe được những phẩm hạnh tốt đẹp của một vị Phật từ một vị đạo sư, trước hết, quý vị phát triển tín tâm, kế tiếp là nảy sinh lòng khao khát đạt được những phẩm hạnh này.

3. Không chịu nổi khi thấy được ý tưởng về những lời giáo huấn của Đại thừa đang bị mai một, thì quý vị nuôi dưỡng mong ước đạt được trí huệ siêu việt của đức Phật.
Về điểm cuối này, quý vị nhận thấy rằng, nếu như những lời dạy của đức Phật không bị mất đi, thì đau khổ của chúng sinh có thể kết thúc. Mặc dù mục tiêu của quý vị quả là nhằm xóa bỏ đau khổ, tuy nhiên điều kiện chính khiến làm xuất hiện Tâm giác ngộ là do không chịu được khi những giáo huấn của đức Phật có thể bị mất đi. Ngoài ra, sự phát triển của Tâm giác ngộ sẽ được giải thích thêm trong phần sau về cách thức Tâm giác ngộ nảy sinh ra sao trong việc phụ thuộc vào tâm từ bi.

4. Sau khi quý vị nhận thấy được sự quý hiếm của tâm giác ngộ đầy ý nghĩa này như thế nào, quý vị phát triển khao khát đạt được Phật quả vốn được kích hoạt một cách nền tảng bởi sự tỉnh thức này.

Đối với hai thành phần của Tâm giác ngộ bao gồm ước ao đạt đến giác ngộ, và nhắm đến mục đích mang lại niềm hạnh phúc cho tất cả chúng sinh thì sự phát triển thứ tư này của Tâm giác ngộ được thiết lập trong khuôn khổ của việc tạo ra khát khao đạt được giác ngộ chứ không được thiết lập trên khuôn khổ của mục đích {nêu trên}.

Thiếu lòng khát khao đạt tới Phật quả vốn xuất phát từ việc nuôi dưỡng niềm tin vào những phẩm hạnh của đức Phật thì quý vị không thể vượt qua được ý tưởng về sự mãn nguyện cho rằng an tịch [Niết-bàn] tự mình nó cũng đã đủ đáp ứng được những mục đích riêng của quý vị. Lòng khát khao đạt tới Phật quả, mà được tính đến qua rèn luyện về tình yêu thương cũng như tâm từ bi và nhận thấy được rằng việc đáp ứng mục đích của chúng sinh như là điều cần thiết có năng lực nhổ tận gốc ý tưởng mãn nguyện cho rằng an tịch của riêng mình đủ để đáp ứng những mục đích của chúng sinh, nhưng không đủ khả năng ngăn chận ý tưởng về sự mãn nguyện nghĩ rằng an tịch đủ cho chính mục đích của riêng mình. Bên cạnh lòng ước ao đạt được Phật quả này vốn đến từ việc vun trồng lòng tin vào những phẩm hạnh cao đẹp của đức Phật, thì không có bất cứ điều gì cản trở được ý tưởng mãn nguyện nghĩ rằng chỉ riêng sự an tịch của mình có khả năng hoàn tất mục đích của chính mình. Thật quả quý vị cần phải vượt qua ý tưởng mãn nguyện cho rằng sự an tịch của mình là đầy đủ để hoàn tất lợi ích của chính quý vị, bởi lẽ: (1) Những hành giả Tiểu thừa vốn đơn thuần thoát khỏi luân hồi, thì chỉ loại trừ được một phần của các sai sót và chỉ có được một phần của chánh tri kiến và do đó thiếu đi sự đáp ứng hoàn hảo cho các mục đích của chính họ. (2) Những hành giả này chỉ được giải thoát khỏi những vấn đề của luân hồi chứ không phải những vấn đề của sự an tịch. (3) Điều đáp ứng hoàn hảo cho mục đích của quý vị đó chính là: Pháp Thân Phật. [291] Do đó, một khi quý vị nuôi dưỡng niềm tin vào những phẩm hạnh cao quý của đức Phật, quý vị sẽ nhận ra rằng cần phải đạt được Phật quả như là mục đích cần thực hiện của mình, chưa kể đến mục đích của các

chúng sinh khác. Nhận thức ra điều này là hết sức quan trọng để không làm cho quý vị quay trở lại con đường Tiểu thừa.

Trong bốn sự phát triển Tâm giác ngộ vừa được diễn giải trên thì hai yếu tố đầu không được cảm sinh từ tâm từ bi, hay tình thương. Trong các Kinh cũng như Luận khác cũng đã có nhiều giải thích về sự phát triển Tâm giác ngộ như là niềm ao ước đạt được Phật quả đem đến đơn thuần bởi những phẩm hạnh cao đẹp của Pháp Thân Phật và Sắc Thân Phật. Sự kiên định để đưa tất cả mọi chúng sinh hữu tình đạt Phật quả cũng được xem là là sự phát triển của Tâm giác ngộ này. Như vậy quý vị cần phải xem xét từng điều trong hai điều này, được tính đến một cách đơn giản như là „Sự Phát triển Tâm giác ngộ". Dù sao, về việc phát triển một Tâm giác ngộ hoàn hảo trọn vẹn thì sẽ không vẹn toàn nếu chỉ có khát khao để đạt đến Phật quả dựa trên việc thấy được sự cần thiết để thỏa mãn các mục đích của tha nhân. Quý vị phải có lòng khát khao đạt tới Phật quả vốn bởi nhận ra rằng điều này không thể thiếu được cho mục đích của riêng mình. Xa hơn nữa, chủ định này không cho phép bỏ qua lợi ích của những chúng sinh khác, mà cũng là vì lợi ích của họ. Bởi lẽ trong *Hiện Quán Trang Nghiêm Luận* nói tới hai chủ tâm để đạt tới giác ngộ và để mang lại phúc lợi cho các chúng sinh như sau[1]:

Phát triển Tâm giác ngộ
Là khát khao giác ngộ toàn hảo cho phúc lợi của chúng sinh

b' Phát triển Tâm giác ngộ qua bốn nguyên nhân

Quý vị phát triển Tâm giác ngộ dựa vào

1) Dòng truyền thừa hoàn hảo
2) Được duy trì bởi một bậc Thầy
3) Lòng từ bi hướng tới chúng sinh
4) Không chán nản bởi các khó khăn của luân hồi

---

[1]BA19 AA: 1.18ab; D3786: Ka 2b5.

c’ Phát triển Tâm giác ngộ thông qua bốn sức mạnh

Quý vị phát triển Tâm giác ngộ qua bốn sức mạnh sau đây

1) Sức mạnh của bản thân: lòng ước ao đạt tới giác ngộ hoàn hảo thông qua sức mạnh, năng lực của bản thân
2) Sức mạnh của những chúng sinh khác: lòng ước ao đạt tới giác ngộ hoàn hảo thông qua tha lực {năng lực của những chúng sinh khác} [292]
3) Sức mạnh của nguyên nhân – đó là việc phát triển tâm này qua việc trở nên quen thuộc với Đại thừa và giờ đây chỉ bởi sự tán thán các chư Phật, chư Bồ-tát.
4) Sức mạnh của sự áp dụng: trong cuộc sống này quý vị đã quen thuộc với các hành vi thiện đức trong một thời gian dài như là việc dựa vào một chúng sinh kiệt xuất và việc quán chiếu vào các giáo pháp mà quý vị đã nghe.

Hơn nữa, ngài Vô Trước đã nói trong *Bồ-tát Địa* (*Bodhisattva-bhumi*) [1] rằng sau khi quý vị phụ thuộc vào bốn duyên cảnh và bốn nguyên nhân (một cách riêng lẽ hay chung nhau) thì quý vị phát khởi được một Tâm giác ngộ vững chắc nếu quý vị nuôi dưỡng nó từ sức mạnh của bản thân, hoặc từ sức mạnh của nguyên nhân. Tâm này sẽ không vững chắc nếu quý vị phát triển từ sức mạnh của người khác, hoặc từ sức mạnh của sự áp dụng.

Một khi quý vị đã hiểu rõ rằng những lời giáo pháp nói chung, hay những giáo pháp Đại thừa nói riêng đang bị biến mất và rằng trong thời mạt pháp này thì việc nhận ra rằng một Tâm giác ngộ được phát triển từ sâu thẳm của con tim là hết sức hiếm có. Tin cậy vào một sư phụ ưu tú, với sự cố gắng thực hành – bao gồm việc học, suy luận và vv... về tạng Kinh Đại thừa – và vun trồng cội rễ của sự phát triển Tâm giác ngộ từ tận đáy lòng, chứ

---

[1] BA20 *Yogā-caryā-bhūmau-bodhisattva-bhūmi* (Bbh), Wogihara 1971:16-17; D4037: Wi 10a7-b2.

không phải do bắt buộc của người khác, cũng không phải do thiếu suy xét mà theo chân người khác, mà cũng không phải theo phong tục tập quán, mà do từ chính sức mạnh của bản thân mình. Tất cả Bồ-tát hành đều phải nhất thiết đặt trên nền tảng đó.

Chương 2: Từ Bi, Cánh Cửa Bước Vào Đại Thừa

ii) Giai trình rèn luyện tâm giác ngộ

a' Rèn luyện trên nền tảng giáo huấn Bảy phép luyện tâm trong truyền thừa truyền từ Trưởng Lão [Atiśa]

1' Phát triển vững chắc về thứ tự cửa các giai đoạn

a'' Chỉ rõ cội nguồn của Đại thừa là từ bi

1'' Tầm quan trọng của từ bi trong giai đoạn khởi đầu

2'' Tầm quan trọng của từ bi trong giai đoạn giữa

3'' Tầm quan trọng của từ bi trong giai đoạn cuối

b'' Sáu phép luyện tâm còn lại đều là các nhân hay quả của tâm từ bi

1'' Cách thức của „Bốn phép luyện tâm" đầu tiên – Qua sự phát triển tình thương nhận ra tất cả chúng sinh như mẹ của mình hoạt động như là các nguyên nhân của tâm từ bi

2'' Cách thức tạo lòng tận tụy vô điều kiện và tâm giác ngộ như là các hậu quả của từ bi

———————ॐ———————

ii) Giai trình rèn luyện tâm giác ngộ

Việc rèn luyện tâm giác ngộ gồm 2 phần

1. Rèn luyện trên nền tảng bảy phép luyện tâm trong truyền thừa có nguồn từ Trưởng Lão [Atiśa] (Chương 2- 3)
2. Rèn luyện trên nền tảng những huấn thị của ngài Tịch Thiên người con của Đấng Chiến Thắng (Chương 4)

a' Rèn luyện trên nền tảng bảy phép luyện tâm trong truyền thừa tuyền xuống từ Trưởng Lão

Bảy phép luyện tâm này bao gồm: [7] giác tâm mà từ đó quả vị Phật Ba-la-mật-đa sinh khởi; giác tâm này sinh ra từ [6] lòng tận

tụy vô điều kiện; tấm lòng này nảy sinh từ [5] tâm từ bi; tâm từ bi này được phát sinh từ [4] tình thương; tình thương này được khởi lên từ [3] mong muốn đền đáp lại lòng tốt; sự ân cần của những người mẹ; mong muốn đền đáp lại lòng tốt, sự ân cần của những người mẹ được sinh ra từ [2] việc hồi tưởng về lòng tốt, sự ân cần của những người mẹ; và hồi tưởng này về lòng tốt; sự ân cần của những người mẹ được phát khởi từ [1] việc nhận biết tất cả các chúng sinh đều là những người mẹ của mình.
Rèn luyện trên nền tảng bảy phép luyện tâm gồm 2 phần

1. Phát triển vững chắc theo thứ tự của giai trình
2. Tập luyện tiệm tiến (Chương 3)

1’ **Phát triển vững chắc theo thứ tự của giai trình**
Việc phát triển vững chải theo thứ tự của giai trình gồm 2 phân mục

1. Chỉ rõ cội nguồn của lộ trình Đại thừa là từ bi
2. Làm thế nào để sáu phép luyện tâm còn lại hoặc là nhân hoặc là quả của tâm từ bi

a’’ Chỉ rõ cội nguồn của đạo pháp Đại thừa là từ bi
Việc chỉ rõ cội nguồn của đạo pháp Đại thừa là từ bi gồm 3 phần [293]

1. Tầm quan trọng của từ bi trong giai đoạn khởi đầu
2. Tầm quan trọng của từ bi trong giai đoạn giữa
3. Tầm quan trọng của từ bi trong giai đoạn cuối

1’’ Tầm quan trọng của từ bi trong giai đoạn khởi đầu
Một khi tâm thức của quý vị rung động bởi tâm đại từ bi, quý vị sẽ chắc chắn nguyện ước giúp giải thoát toàn bộ chúng sinh thoát khỏi luân hồi. Nếu tâm từ bi của quý vị yếu thì quý vị không có cảm giác này. Vì lẽ đó, tâm từ bi quan trọng trong giai đoạn khởi đầu. Vì việc cảm nhận trách nhiệm để giải thoát toàn bộ chúng sinh đòi hỏi phải có một tâm đại từ bi nếu tâm của quý vị không gánh vác trách nhiệm này thì quý vị vẫn không được

xếp vào hàng hành giả Đại thừa. Theo như *Vô Tận Ý Đại thừa Kinh* có nói[1]

> Hơn nữa, tôn giả Xá-lợi-phất, tâm đại từ bi của các vị Bồ-tát là vô hạn. Tại sao? Tôn giả Xá-lợi-phất, vì đấy là điều kiện tiên quyết. Cũng như hơi thở là điều kiện đầu tiên cho sức sống của một con người, tâm Đại từ bi của Bồ-tát là điều kiện tiên quyết để đạt tới Đại thừa một cách đúng đắn[2]

Cũng như theo kinh *Đỉnh Đạo Tràng* (*gayā-śīrṣa*) có dạy[3]:

> „Bạch Văn-thù-sư-lợi, động lực của Bồ-tát hành là gì? Đối tượng của nó là gì?" Văn-thù-sư-lợi đáp: „Này Devaputra[4], đại từ bi là động lực của Bồ-tát hành, đối tượng của nó là chúng sinh hữu tình".

Do đó từ bi là cơ sở của việc xúc tiến các hành vi bởi vì quý vị nhận thấy rằng quý vị sẽ không giữ nổi hạnh nguyện của mình nếu thiếu tu tập trong việc tích lũy hai đại thiện đức {Hai bồ tư lương: công đức (tib. བསོད་ནམས་ཀྱི་ཚོགས) và trí huệ (tib. ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཚོགས)} và

---

[1]BA21 *Ārya-akṣayamati-nirdeśa-nāma-mahāyānā-sūtra,* D175: Ma 132a5-6. Trích dẫn được tìm thấy trong Bkl, Tucci 1958: 497; D3915: Ki 22a6-bl.

[2]Theo bản dịch của Thích Trí Tịnh trong kinh *Pháp Hội Vô Tận Ý Bồ-tát* thuộc *Kinh Đại Bảo Tích* thì đoạn kinh này đã được dịch thành "*Đây gọi là Bồ-tát tu hành đại từ mà chẳng thể tận vậy. Thưa Tôn giả Xá Lợi Phất! Đại Bồ-tát tu hành đại bi cũng chẳng thể tận. Tại sao? Như mạng căn của người thì lấy hơi thở vào ra làm gốc. Bồ-tát tu học Đại thừa như vậy lấy đại bi làm gốc*."
Kinh Bảo Tích. Thư viện Hoa Sen. Truy cập 04/08/2010. <http://www.thuvienhoasen.org/kinhdaibaotich-09-61-4.htm>.

[3]BA22 *Ārya-gayā-śirṣa-nāma-mahāyānā-sūtra*, {*Đạo Tràng Đỉnh Đại Thừa Kinh*} D109: Ca 286b3-4. Trích dẫn được tìm thấy trong Bkl, Tucci 1958: 497; D3915: Ki 22bl.

[4]Devaputra dịch theo nghĩa là Thiên Tử.

quý vị bắt đầu công việc khó khăn cho việc tích lũy các đại thiện đức này".

2'' Tầm quan trọng của từ bi trong giai đoạn giữa

Quý vị có thể phát triển tâm giác ngộ ở một thời điểm và sau đó xúc tiến Bồ-tát hành. Nhưng khi quý vị nhận ra rằng chúng sinh nhiều hằng hà sa số, và hành động không phù hợp, rằng việc rèn luyện sẽ rất khó khăn và không giới hạn và rằng quý vị phải cần đến thời gian lâu vô hạn, thì quý vị có thể đánh mất can đảm và rơi vào Tiểu thừa. Tuy nhiên, qua việc tự luyện tập làm quen để làm cho lòng từ bi tăng trưởng hơn là điều không xảy ra ở một lần phát triển, khiến quý vị trở nên ít quan tâm đến chính hạnh phúc hay đau khổ của riêng mình và chùn bước trong việc hỗ trợ cho ích lợi của tha nhân.

Do đó, quý vị sẽ dễ dàng hoàn tất mọi sự tích lũy. [294]. Theo như *Giai Trình Thiền* (*Bhavanakrama*) phần đầu của Ngài Liên Hoa Giới có dạy[1]

> Bởi lẽ các vị Bồ-tát hành động bằng tâm đại từ bi, các ngài luôn mẫn cán, cố gắng vì phúc lợi của chúng sinh, không màng đến bản thân. Hậu quả là các ngài đã tiến hành tích lũy hai đại thiện đức đầy khó khăn, mệt mỏi, và đòi hỏi thời gian lâu dài. Cũng như *Tín Lực Dưỡng Hành Ấn Kinh* (*Śraddhā-balādhānavatāra-mudrā-sūtra*) có dạy[2]
>
> > Ai có tâm đại từ bi sẽ luôn nhận lấy cuộc sống phiền não, buông bỏ cuộc sống an lạc để giúp đỡ tất cả chúng sinh được hoàn thiện hơn

[1]BA23 Bkl, Tucci 1958: 497-498; D3915: Ki 22b2-4.

[2]BA24 *Ārya-sraddhā-balādhānavatāra-mudrā-nāma-mahāyānā-sūtra,* D201: Tsha 15a4.

> Nếu các Bồ-tát tiến hành việc như thế này trong sự khó khăn cực kỳ, thì họ sẽ hoàn tất một cách trọn vẹn và nhanh chóng các tích lũy này. Họ chắc chắn sẽ thành tựu trạng thái cao của nhất thiết trí. Như vậy cội rễ duy nhất của Phật tính đó là tâm từ bi.

3'' Tầm quan trọng của từ bi trong giai đoạn cuối

Dựa vào sức mạnh của đại từ bi, các đức Phật ngay cả khi đã đạt được mục đích, các ngài không trụ lại trong bình an (như các hành giả Tiểu thừa) mà tiếp tục cứu độ vì lợi ích của chúng sinh chừng nào không gian này còn; nếu thiếu tâm từ bi, các đức Phật cũng chỉ như các Thanh Văn mà thôi. Theo như phần thứ nhì *Giai Trình Thiền* của đức Liên Hoa Giới có dạy[1]:

> Từ khi các vị Phật Bhagavān[2] thấm nhuần tâm đại từ bi, các ngài còn ở lại mãi cho đến lúc tận cùng của thế giới mà trong đó chúng sinh đang cư ngụ, mặc dù các ngài đã hoàn thành tuyệt hảo {Ba-la-mật-đa} cho mục tiêu của riêng các ngài.

Và cũng vậy:

> Nguyên nhân duy nhất khiến các đức Như Lai không ở lại trong Niết-bàn của hỷ lạc đó là tâm đại từ bi.

Tôn giả Nguyệt Xứng đã chỉ dạy rằng giống như những hạt giống, nước, sự chín rộ đều quan trọng cho việc bắt đầu, tiến triển và kết thúc của vụ gặt hái, tâm từ bi hết sức quan trọng cho

---

[1]BA25. *Bhavana-krama* Quyển nhì (Bk2), D3916: Ki 42b-7.

[2]Bhagavān dịch theo nghĩa là *Đấng Hỷ Lạc* nhưng trong nhiều kinh luận đều thấy dịch thành Thế Tôn

giai đoạn khởi đầu, giữa và kết của mùa gặt *Phật quả*. Như trong *Nhập Trung Luận Thích* khẳng định[1]

> Tâm từ bi riêng nó được xem như hạt mầm cho mùa thu hoạch tuyệt vời của đấng Chiến Thắng
> Cũng như nước giúp cho sự phát triển của nó
> Và bởi sự chín mùi của trạng thái an lạc vô biên
> Cho nên ngay từ đầu con xin tán dương tâm từ bi [295]

Với ý tưởng mạnh mẽ về quan điểm này, *Pháp Tập Kinh* (*Dharmasaṃgīti-sūtra*) có nói[2]

> Bạch Thế Tôn, các vị Bồ-tát không nên học nhiều giáo pháp, Thế Tôn, nếu các vị Bồ-tát nắm bắt và hiểu được một điều dạy, các ngài sẽ có toàn bộ Phật pháp trong bàn tay của các ngài. Giáo pháp đấy là gì? Đó là tâm đại từ bi.
> Bạch Thế Tôn, với đại từ bi thì tất cả giáo pháp của Phật đều nằm trong bàn tay của các Bồ-tát. Ví như Chuyển Luân Vương sẵn có binh lực cho trận đánh của mình. Cũng như thế, Bạch Thế Tôn, ở đâu có đại từ bi của các Bồ-tát, thì ở đó có đủ cả các giáo pháp của Phật. Bạch Thế Tôn, ví như một khi có một sức sống, thì sẽ hiện hữu tất cả các cơ quan thụ cảm. Thưa Thế Tôn, tương tư vậy, một khi tâm đại từ bi còn thì tất cả những phẩm hạnh của các vị Bồ-tát sẽ trình hiện nên [3]

---

[1]BA26 *Madhyamakāvatāra* (MAV): 1.2; D3861: Ha 201a2-3.

[2]BA27 *Ārya-dharma-saṃgīti-nāma-mahāyānā-sūtra,* D238: Zha 84a5-b3. Trích dẫn tìm thấy trong Bkl, Tucci 1958: 497; D3915: Ki 22a3-6.

[3]Theo bản *Phật Thuyết Pháp Tập* kinh phiên âm Hán-Việt Trần Tiễn Khanh và Trần Tiễn Huyến 2/10/2008. Tuệ Quang Foundation. *Chánh Tân Tu Đại Tạng Kinh*. No. 761. Nguyên Ngụy Bồ-đề Lưu Chi Hán dịch. Truy cập 08/06/2010.

Một khi quý vị tin chắc được rằng tâm từ bi là chìa khoá tuyệt diệu dẫn đến đạo pháp thông qua chứng minh bằng lý lẽ và thông qua vô số kinh điển, tại sao quý vị không giữ lấy tâm giác ngộ cùng với cội nguồn của nó là tâm từ bi khiến trở thành lời huấn thị tối cao? Như đại sư Shang-Na-Chung (Zhang-Sna-Chung) đã nói: „Mặc dù ta đã hỏi Trưởng Lão [Atiśa] về những huấn thị, ngài đã trả lời không có gì ngoại trừ 'Từ bỏ thế tục, vun trồng tâm giác ngộ'". Khi nghe thấy điều này Geshe Drom-Dön-Ba (dGe-bshesBrom-ston-pa-rgyal-bái-byung-gnas) đã ngượng ngùng thay cho Shang-Na-Chung và nói: „Quý vị đã nhận được lời huấn thị tối hậu của tôn giả Atiśa". Geshe Drom-Dön-Ba đã nhận thức được cốt lõi của lời dạy này.

Sự thuyết phục này hết sức khó khăn để đạt đến, quý vị cần phải truy tầm cho mình kiến thức vững vàng qua việc thường xuyên tẩy xóa đi những tội lỗi, tích lũy công đức, và trau dồi kinh điển như trong kinh *Hoa Nghiêm* và các bài luận đã chỉ rõ. Theo như *Bách Ngũ Thập Kệ Tán Tụng,* Mẫu Hầu có nói[1]

<http://www.daitangvietnam.com/phienamdaitang.htm.> thì đoạn văn này đã dịch trong dạng Hán-việt như sau:
Nhĩ thời Quán Thế Âm Bồ Tát bạch Phật ngôn, Thế Tôn, Bồ Tát bất tu tu học đa Pháp, Thế Tôn, Bồ Tát nhược thọ trì nhất pháp thiện tri nhất pháp dư nhất thiết chư Phật Pháp tự nhiên như tại chưởng trung. Thế Tôn, hà giả thị nhất pháp, sở vị đại bi, Bồ Tát nhược hành đại bi, nhất thiết chư Phật Pháp như tại chưởng trung. Thế Tôn, thí như Chuyển luân Vương sở thừa luân bảo, tùy vãng hà xứ nhất thiết tứ binh tùy thuận nhi khứ. Thế Tôn, Bồ-tát Ma-ha-tát diệc phục như thị, thừa đại bi tâm tùy chí hà xứ, bỉ chư Phật Pháp tùy thuận đại bi tự nhiên nhi khứ.

[1] BA28 *Śata-pañcāśataka-nāma-stotra:* 19; Dll 47: Ka 110b6-7. Theo bản dịch tiếng Tạng thì tác phẩm này được cho là của ngài Aśvagoṣa {Mã Minh}.

Chỉ có Ngài, đức Chiến Thắng thấu hiểu tâm giác ngộ quí giá
Hạt mầm của giác ngộ toàn hảo
Để trở thành tinh túy
Không một ai khác có thể đạt điều chắc chắn này [296]

b'' Cách thức sáu phép luyện tâm còn lại hoặc là các nhân hoặc là các quả của của tâm từ bi

Giải thích về cách thức mà sáu phép luyện tâm còn lại hoặc là các nhân hoặc là các quả của của tâm từ bi bao gồm hai phần:

1. Cách thức mà, bốn phép luyện tâm đầu tiên – qua sự phát triển tình yêu thương nhận ra tất cả chúng sinh như mẹ của mình, tác động như các nguyên nhân của tâm từ bi.
2. Cách thức mà lòng tận tụy vô điều kiện và Tâm giác ngộ là các kết quả của từ bi.

1'' Cách thức mà, bốn phép luyện tâm đầu tiên – qua sự phát triển tình yêu thương nhận ra tất cả chúng sinh như mẹ của mình, tác động như các nguyên nhân của tâm từ bi.

Nói chung, nếu quý vị thường xuyên lưu tâm đến những khổ đau của các chúng sinh, tất yếu quý vị sẽ phát triển ý thức mong muốn đơn giản là giúp chúng sinh thoát khỏi phiền não. Tuy nhiên, để phát triển lối ứng xử này một cách dễ dàng, mạnh mẽ và vững chắc, quý vị trước tiên cần phải chăm nom, và có sự cảm thông với họ. Vì hiện tại quý vị không thể chịu nổi khi các bạn quý vị đau khổ; quý vị lại hả hê với đau khổ của kẻ thù mình; và quý vị không dao động với đau khổ của những người mà với họ quý vị có các xúc cảm trung tính, tức là những ai không là bạn cũng không là thù.

Quý vị có ứng xử theo cách đầu tiên, bởi vì quý vị thương mến những người bạn của mình. Tương xứng với sự chăm nom của quý vị cho họ, là việc quý vị không thể chịu nổi khi thấy sự đau

khổ của họ. Khi tình cảm đối với người bạn là ít và vừa thì cảm giác khó chịu trước đau khổ cũng chỉ có giới hạn. Song nếu tình cảm này thật lớn thì quý vị rõ ràng không thể chịu nổi trước đau khổ của họ chút nào dù rằng họ chỉ đau đớn chút ít.

Khi quý vị nhìn thấy những kẻ thù đau khổ, quý vị không những không nuôi dưỡng mong muốn giải thoát họ khỏi đau khổ, mà quý vị còn nghĩ rằng „Cầu cho chúng nó không hết khỏi khổ và đau khổ nhiều hơn thế nữa”. Điều này là do quý vị thiếu lòng cảm thông với họ. Sự thiếu cảm thông của quý vị với các kẻ thù còn tỉ xứng với niềm vui của quý vị trên phiền não của họ nữa.

Việc không có khả năng đồng cảm hay phản cảm với các khổ đau của những người mà quý vị có cảm xúc trung tính với họ là kết quả của việc không có sự cảm thông lẫn thiếu vắng lòng ưu ái đến họ.

Một cách hệ quả, để có lòng yêu thương đối với chúng sinh, hãy nuôi dưỡng quan điểm rằng các chúng sinh gần gũi với mình, xem họ như những người bạn, họ hàng. Bởi lẽ mẹ là người gần gũi nhất, hãy nuôi dưỡng sự nhìn nhận tất cả các chúng sinh đều như mẹ mình. Cũng thế, hãy nhớ đến lòng tốt của họ như là những bà mẹ của mình và phát triển nguyện vọng đền đáp những lòng tốt của họ. Đây là ba bước để quý vị học yêu thương và chăm nom đối với các chúng sinh như là một người mẹ lo lắng cho đứa con độc nhất của mình. Lòng yêu thương này làm phát khởi tâm từ bi. [297].

Mối quan hệ nhân quả giữa từ bi và tình thương là niềm mong ước cho chúng sinh được hạnh phúc vô hạn định. Ba mục đích – bao gồm nhìn nhận tất cả các chúng sinh như mẹ của mình, nhớ đến lòng tốt của họ, và mong muốn đền đáp lại lòng tốt này – là nền tảng cho cả tình yêu thương mong muốn chúng sinh được hạnh phúc lẫn lòng từ bi ước nguyện cho họ được thoát khỏi đau khổ. Cho nên, quý vị cần phải nỗ lực vun trồng cả ba mục đích

này. Các đại sư Nguyệt Xứng, Nguyệt Quan và Liên Hoa Giới đã giải thích việc nuôi dưỡng nhận thức xem tất cả các chúng sinh như là những người bạn, họ hàng của mình là nguyên nhân thúc đẩy phát triển tâm giác ngộ.

2'' Cách thức mà lòng tận tụy vô điều kiện và Tâm giác ngộ là kết quả của từ bi

Nghi Vấn : Một khi quý vị rèn luyện tâm thức từng bước để phát triển tâm từ bi, quý vị phát khởi ước ao đạt được Phật quả để đem lại lợi ích cho chúng sinh. Điều này đáng lý đã đủ. Tại sao lại cần thiết phải phát triển lòng tận tụy vô điều kiện trong khi phát triển tâm từ bi và phát tâm Bồ-đề?

Đáp: Mặc dù các đức Thanh Văn, Duyên Giác Phật có một tình thương, bi mẫn vô hạn, bởi đó, các ngài nghĩ rằng: „Chúng sinh có thể tìm được hạnh phúc và thoát khỏi mọi phiền não", nhưng các vị phi Đại thừa này lại không nghĩ rằng: „Tôi sẽ gánh vác trách nhiệm tẩy trừ đau khổ và đem lại hạnh phúc cho mọi chúng sinh". Vì thế quý vị phải phát triển sự tận tụy vô điều kiện để vượt lên tất cả những ý tưởng mạnh mẽ khác, thật không đủ khi nghĩ rằng: „Tất cả chúng sinh có thể tìm được hạnh phúc và thoát khỏi mọi phiền não". Quý vị phải nhận thức thêm một cách yêu thương vô điều kiện xem đây như là một trách nhiệm tạo ra bởi chính mình. Từ đó, quý vị nên phân biệt giữa hai cách nghĩ này. Như *Hải Huệ Vấn Kinh* (*Śāgaramati-paripṛcchā-sūtra*) tuyên thuyết[1]:

> Này Śāgaramati[2], giả sử một chủ nhà, hay một thương gia có duy nhất một cậu con trai, hấp dẫn, đáng yêu, quyến rũ, và

---

[1]BA29. Cf. *Ārya-śāgaramati-paripṛcchā-nāma-mahāyānā-sūtra,* D152: Pha 86a3-6.

[2]Śāgaramati dịch nghĩa là "Hải Huệ" hay "Biển Trí Tuệ".

vui vẻ. Giả sử cậu bé còn trẻ, hay chơi nghịch, cậu ta rơi vào một hố bẩn. Khi mẹ và họ hàng của cậu bé biết được bèn khóc, than vãn và đau lòng nhưng họ không nhảy xuống hố để kéo đứa bé lên. [298] Mặc dù vậy, khi bố của đứa bé về và thấy con trai của ông rơi vào hố bẩn, ý nghĩ đầu tiên của ông ta là muốn cứu con, không do dự đã nhảy ngay vào hố bẩn lôi đứa bé lên.

Sự tương quan về ý nghĩa và các tình tiết của câu chuyện là hố bẩn tượng trưng cho ba giới {dục giới, sắc giới và vô sắc giới}; đứa con trai duy nhất tượng trưng cho tất cả chúng sinh; người mẹ và họ hàng tượng trưng cho đức Thanh Văn và Duyên Giác Phật, những người nhìn thấy các chúng sinh rơi vào luân hồi, đã đau khổ, thương xót nhưng không có khả năng bảo vệ chúng sinh. Còn chủ nhà hay thương gia {người cha} tượng trưng cho vị Bồ-tát. Do đó, điều này nói lên rằng tâm từ bi của đức Thanh Văn, Duyên Giác giống như tình thương của bà mẹ đối với đứa con trai duy nhất bị rơi vào hố bẩn. Vì thế phát triển lòng tận tụy vô điều kiện để gánh vác trách nhiệm giải thoát tất cả chúng sinh dẫn tới giải thoát phải đặt trên nền tảng tâm từ bi.

Một khi có ý định giúp giải thoát tất cả chúng sinh khỏi khổ đau, quý vị nhận ra rằng trong tình trạng hiện tại thì quý vị không thể hoàn tất được ý định dù chỉ cho một chúng sinh. Hơn nữa, nếu quý vị đạt được trạng thái cao của hai vị A-la-hán kia [Thanh Văn, Duyên Giác] thì quý vị cũng chỉ có đủ khả năng nhắm đến sự giải thoát chỉ cho một số ít chúng sinh, nhưng sẽ không đủ khả năng xác lập cho họ đạt được toàn giác. Do đó, nếu quý vị nghĩ: „ai có thể làm mãn nguyện tất cả mục đích tạm thời và mục đích cuối cùng của vô hạn chúng sinh?” Quý vị sẽ nhận ra rằng chỉ có duy nhất đức Phật mới có khả năng này. Sau

đó, quý vị sẽ phát triển mong muốn đạt được Phật quả mang lại lợi ích cho tất cả các chúng sinh.

Chương 3: Bảy Phép Luyện Tâm

2’ Sự rèn luyện từng bước

a’’ Rèn tâm để có được sự kiên quyết vì lợi ích của chúng sinh

1’’ Xác lập nền tảng để phát triển thái độ này

(a) Đạt được tâm bình đẳng hướng về chúng sinh

(b) Yêu mến tất cả chúng hữu tình

(i) Nuôi dưỡng nhận thức rằng mọi chúng sinh đều là mẹ của mình

(ii) Nuôi dưỡng ký ức về lòng tốt của họ

(iii) Nuôi dưỡng ước nguyện đền đáp lòng tốt của họ

2’’ Phát triển thái độ kiên quyết đến lợi ích của tha nhân

(a) Nuôi dưỡng tình yêu thương

(b) Nuôi dưỡng lòng từ bi

(c) Nuôi dưỡng sự quyết tâm tuyệt đối

b’’ Luyện tâm kiên quyết đạt giác ngộ

c’’Nhận ra tâm giác ngộ, thành quả của sự rèn luyện

———————ॐ———————

2’ Sự rèn luyện từng bước

Sự rèn luyện từng bước gồm có ba phần:

1. Rèn luyện tâm để có được sự kiên quyết tâm vì lợi ích của chúng sinh
2. Rèn luyện tâm quyết đạt giác ngộ
3. Nhận ra tâm giác ngộ, kết quả của sự rèn luyện

a’’ Rèn luyện tâm để có được sự kiên quyết vì lợi ích của chúng sinh

Luyện tâm để có được sự kiên quyết vì hạnh phúc của chúng sinh gồm có hai phần:

1. Xác lập một nền tảng để phát triển thái độ này
2. Phát triển thái độ quyết tâm vì lợi ích của tha nhân

1’’ Xác lập một nền tảng để phát triển thái độ này

1. Đạt được tâm bình đẳng với chúng sinh
2. Yêu mến tất cả chúng hữu tình [299]

(a) Đạt được tâm bình đẳng hướng về chúng sinh

Như tôi đã giải thích về giai trình của các pháp tu tiên yếu và các pháp tu thuộc loại đó trong trường hợp của những người sơ căn và trung căn. Hãy thực hành các pháp tu tiên yếu đó và sau đó duy trì thiền.

Ngay từ đầu, hãy xác lập một tâm bình đẳng, loại trừ đi những thiên hướng[1] bắt nguồn từ những tham ái với một vài chúng sinh và thù địch với một số khác. Nếu không thì, bất cứ tình yêu thương hay lòng từ bi mà quý vị khởi lên đều sẽ là thiên vị; quý vị sẽ chẳng bao giờ cảm nhận được một tình yêu hay lòng từ bi bình đẳng. Bởi vậy, hãy vun trồng bình đẳng. Có ba loại bình đẳng: (1) tính bình thản {tịnh xả} đối với các dụng công[2] , (2) cảm giác bình đẳng và (3) sự bình đẳng vô lượng. Trong phần này, sự bình đẳng chỉ đến điều cuối cùng {bình đẳng vô lượng}. Người ta nói rằng, sự bình đẳng vô lượng có hai loại: (1) mong ước chúng sinh đều được giải thoát khỏi các phiền não như là tham ái và thù địch và (2) có được tâm bình đẳng sau khi đã thoát khỏi những tham ái hay thù địch hướng đến chúng sinh. Trong phần này thì sự bình đẳng vô lượng nói đến là loại bình đẳng thứ hai.

---

[1]Trong chương này chúng tôi dùng thuật ngữ thiên hướng, thiên kiến hay thành kiến để chỉ các trạng thái tâm không bình đẳng hay các cảm xúc, phán đoán mà không có các dữ kiện hay lý lẽ hợp lý để chứng minh cho chúng, chỉ thuần dựa theo cảm xúc hay cảm tình.

[2]BA30 Trong bối cảnh dụng công (chủ đề về Định từ thiền) btang snyoms được dịch là “tính bình thản”, nhưng trong hoàn cảnh của các cảm xúc và tứ vô lượng tâm, nó được dịch là sự không thiên vị hay bình đẳng, Xem Đại Luận quyển 3, chú thích 149.

Sau đây là các bước để nuôi dưỡng tâm bình đẳng vô lượng. Bởi vì quý vị có thể dễ dàng công bằng với những người quý vị có cảm giác trung lập, đầu tiên hãy lấy những người đó làm đối tượng thiền, một người mà không giúp đỡ cũng không làm hại quý vị. Hãy thành tựu tâm bình đẳng với những người này, bỏ đi những tham ái và thù địch của quý vị.

Một khi quý vị đã đạt được điều này, hãy tiếp tục nuôi dưỡng tâm bình đẳng với một vị bằng hữu. Việc quý vị thiếu đi sự bình đẳng với người bạn này là bởi mức độ sự gắn bó của quý vị với người đó hay là do những thiên kiến bắt nguồn từ sự gắn bó và thù địch của mình.

Sau khi quý vị đã đạt được tâm bình đẳng với người bạn này, hãy nuôi dưỡng tâm đó với một kẻ thù. Việc quý vị thiếu tâm công bằng với người này là bởi sự thù địch của quý vị, thấy rằng ông ấy hay bà ấy là thật không thể vừa ý mình. Cuối cùng, sau khi quý vị đã có tâm bình đẳng với người này, hãy phát triển tâm đó ra với tất cả chúng sinh.

Vấn: Thế thì loại thiền nào có thể loại trừ được tham ái và thù địch với ba loại người này?

Đáp: Giai Trình Thiền, quyển hai của Liên Hoa Giới cống hiến[1] hai cách thức: (1) Quán chiếu như sau: "Từ quan điểm của chúng sinh, tất cả đều muốn hạnh phúc và không muốn khổ đau. Bởi vậy, việc giữ lại một số người gần gũi và giúp đỡ họ trong khi xa lánh số khác và làm hại hay không giúp đỡ họ là không thích hợp". [300] (2) Quán chiếu như sau: "Từ quan điểm của tôi, nếu tôi đã liên tục tái sinh từ vô thủy, mọi chúng sinh đều đã

[1] BA31 Bk2, D3916: Ki 42b7-43a4.

là bạn bè của tôi hàng trăm lần. Với ai tôi nên gắn bó? Với ai tôi nên thù địch?”

Hơn thế nữa, liên quan đến sự gắn bó với bạn bè, *Nguyệt Thượng Nữ Kinh* (*Candrottama-dārikā-vyākaraṇa-sūtra*) có nói rằng[1]:

> Trước đây ta giết tất cả các ngươi,
> Và các ngươi đã đánh đập rồi quên ta,
> Tất cả chúng ta đều đã thù hận và giết hại nhau.
> Làm sao các ngươi có thể tham ái?

Theo điều mà trước đây tôi giải thích trong phần về lỗi lầm của sự không chắc chắn[2], hãy suy nghĩ làm sao mà những bạn và thù lại có thể thay đổi nhanh thế. Bằng cách suy nghĩ như vậy, hãy dừng lại sự thù địch và tham chấp.

Trong bối cảnh này, sự quán chiếu đòi hỏi quý vị phải phân biệt đâu là bạn, đâu là thù. Quý vị không ngưng đi ý niệm về bạn hay thù mà là hãy gạt đi thành kiến bắt nguồn từ tham ái và thù địch vốn dựa trên lý do rằng, một số là bạn, số khác thì là kẻ thù của mình.

(b) Yêu mến tất cả chúng hữu tình

Giai Trình Thiền của ngài Liên Hoa Giới có đề cập rằng[3]:

> Được thấm đượm trong tình yêu thương, tâm thức của ngươi giống như đất xốp và phì nhiêu. Khi ngươi gieo trồng hạt giống của lòng từ bi, nó lớn lên dễ dàng và rất phát triển. Bởi

---

[1] BA32 *Ārya-candrottama-dārikā-vyākaraṇa-nāma-mahāyānā-sūtra*, D191: Tsa 231b4-5

[2] BA33 Lỗi lầm của sự không chắc chắn là điều đầu tiên trong sáu khổ đau. Xem LRCM: 221; *Đại luận* quyển 3: 281 – 282.

[3] BA34 Bk2; D3916: Ki 43a2-3.

> vậy, sau khi ngươi đã truyền cho tâm mình lòng yêu thương, hãy nuôi dưỡng lòng từ bi.

Tình yêu đề cập ở đây là quan điểm yêu mến chúng sinh như thể đó là những đứa con thân yêu của quý vị. Bằng cách nuôi dưỡng tâm bình đẳng, quý vị sẽ xóa bỏ được thái độ không công bằng đến từ xu hướng tham ái và thù địch của mình, và tâm của quý vị sẽ giống như một cánh đồng tốt. Ngài Liên Hoa Giới nói rằng, nếu quý vị nhuộm thấm tâm mình bằng thứ nước của tình yêu thương tất cả chúng sinh, sau đó, quý vị gieo trồng hạt giống lành mạnh của lòng từ bi, thì quý vị sẽ dễ dàng khởi tạo ra một lòng đại từ bi. Hãy hiểu rằng điều này là một điểm cực kì quan trọng.

(i) Nuôi dưỡng nhận biết rằng mọi chúng sinh đều là mẹ của mình

Bởi vì luân hồi là không có điểm khởi đầu, những lần quý vị sinh ra vì thế cũng không có điểm khởi đầu. Do đó, quý vị cứ chết đi và tái sinh sau đó. Hoàn toàn không thể có một loại thân người nào mà quý vị chưa từng là trong luân hồi [301]. Cũng hoàn toàn chẳng có nơi nào mà quý vị chưa từng sinh ra, cũng chẳng có người nào mà quý vị không phải từng là họ hàng, chẳng hạn là mẹ của quý vị. Trong *Du Già Sư Địa Luận* (*yogā-caryā-bhūmi*) của ngài Vô Trước có một đoạn kinh như sau[1]:

> Ta rất khó khăn để tìm ra nơi đâu mà ngươi chưa từng sinh ra, chưa từng đi đến, hay là chưa từng chết tại đó trong quá khứ xa xưa. Ta rất khó khăn để tìm thấy bất cứ người nào trong quá khứ lâu dài mà đã chưa từng là cha, mẹ, chú, dì,

[1]BA35 *yogā-caryā-bhūmi* (Sa'i dngos gzhi), D4034: Tshi 100b6-7. Về việc sử dụng thuật ngữ Sa'i dngos gzhi, xem Đại luận quyển 3, chú thích 45.

anh chị em, tu viện trưởng, đạo sư hay ai đó tương tự như đạo sư của ngươi.

Hơn thế nữa, mọi chúng sinh trước đây không chỉ là mẹ của quý vị mà cũng sẽ là mẹ của quý vị trong tương lai đến vô số lần. Hãy quán chiếu về điều này và tin tưởng rằng mọi chúng sinh đều đã từng là các bà mẹ của quý vị. Khi quý vị đã phát triển vững chắc lòng tin này thì quý vị có thể dễ dàng nhớ được lòng tốt và những điều họ đã làm. Nếu quý vị không thể phát triển nó, quý vị sẽ không thể có nền tảng cho việc hồi tưởng lại lòng tốt của họ.

(ii) Nuôi dưỡng hồi ức về lòng tốt của họ

Bo-do-wa (Po-to-ba) nói rằng, sau khi quý vị nhận ra rằng tất cả chúng sinh đều từng là mình, quý vị sẽ nhanh chóng nhớ lại lòng tốt của họ, nếu ngay từ đầu quý vị đã nuôi dưỡng hồi ức về lòng tốt của mẹ mình trong đời này. Hãy làm như vậy ứng theo sự trình bày của ngài sau đây.

Hãy tưởng tượng một cách rõ ràng mẹ mình ở trước mặt. Hãy nghĩ vài lần như sau: "Bà không chỉ là mẹ mình trong đời này mà còn trong vô số đời trước từ thời vô thỉ". Là mẹ, bà bảo vệ quý vị khỏi mọi hiểm nguy và cho quý vị tất cả lợi ích và hạnh phúc. Đặc biệt trong đời này bà cưu mang quý vị một thời gian dài trong bụng. Sau đó, khi quý vị là một đứa bé sơ sinh, không tự làm được bất cứ điều chi, bà giữ ấm cơ thể quý vị trong lòng và nâng niu quý vị trên tay. Bà cho quý vị bú và dùng miệng nhai thức ăn cho mềm để mớm cho quý vị, hút lấy nước mũi của quý vị và dùng tay mình dọn phân của quý vị. Như thế, theo nhiều cách khác nhau, mẹ nuôi dưỡng quý vị không mệt mỏi.

Hơn thế nữa, khi quý vị đói khát, bà cho quý vị ăn uống; khi quý vị lạnh, bà cho quần áo; khi quý vị nghèo khó, bà cho quý vị những thứ tài sản mà bà yêu thích. Thậm chí, hơn thế nữa, thứ bà cho quý vị không phải là những thứ bà giành được dễ dàng, mà là thứ bà đã dành giữ được với nhiều khốn khó to tát khi mà

bà phải làm những hành động sai trái và mang lấy tiếng xấu và khổ đau [302].

Nếu quý vị bị ốm, bị đau hay trong nguy kịch, mẹ quý vị sẽ lựa chọn rằng thà bà bị ốm, thà bà bị đau còn hơn và bà có thể chết thay cho quý vị. Bằng cách đưa những cảm xúc này vào hành động, bà đã làm mọi thứ để xua tan các khó khăn. Nói tóm lại, hãy quán chiếu từng điểm một về việc bằng cách nào mẹ mình đã cung ứng sự giúp đỡ và hạnh phúc cũng như xua tan những hiểm nguy và đau khổ ở mức hiểu biết và khả năng tối đa của bà.

Bằng cách nuôi dưỡng ký ức về lòng tốt của mẹ mình, quý vị sẽ không chỉ nhớ bằng lời. Khi quý vị đã khởi lên những hồi tưởng như vậy, hãy nhận ra rằng, các bạn bè và họ hàng như cha quý vị chẳng hạn đều từng là mẹ của quý vị và hãy nuôi dưỡng sự ghi nhớ về lòng tốt của họ. Sau đó làm tương tự với những người mà quý vị có cảm xúc trung lập. Một khi quý vị đã có được một thái độ như vậy với họ, tương tự như với bạn bè của quý vị, hãy nhận ra rằng kẻ thù cũng đã từng là mẹ của mình và hãy nuôi dưỡng ký ức về lòng tốt của họ. Khi quý vị đã có thái độ này với kẻ thù, giống như là với mẹ mình, hãy nhận ra mọi chúng sinh trong mười phương đều là mẹ mình và sau đó dần dần với mức độ tăng lên, hãy nuôi dưỡng nỗi nhớ về lòng tốt của họ.

(iii) Nuôi dưỡng tâm nguyện đền đáp lòng tốt của các bà mẹ mình

Những chúng sinh này, những người mẹ tốt bụng của quý vị (người mà quý vị không nhận ra do quá trình chết và đầu thai), đang chịu khổ đau và không có nơi nương tựa. Không có gì xấu hổ hơn là việc hết sức để tự giải thoát cho mình khỏi luân hồi trong khi xem những chúng sinh này, những người mẹ của quý

vị, như là không quan trọng và bỏ rơi họ. Trong *Học Sinh Thư* của ngài Nguyệt Quan có viết[1]:

Khi ngươi thấy người thân đắm chìm trong bể luân hồi,
Và tựa như họ rơi vào biển lửa,
Không có gì thẹn hơn chỉ cố gắng giải thoát chính mình,
Và thờ ơ những ai mà ngươi không biết do tiến trình sinh tử.

Vì vậy, hãy quán chiếu rằng: "Nếu bỏ rơi những chúng sinh tốt bụng như vậy là không phù hợp, thậm chí là với những người bất hảo, vậy làm sao cho đúng trong trường hợp của tôi đây?" và nhận lấy trách nhiệm đền đáp lòng tốt của họ. Trong cùng một bản văn có đề cập rằng[2]:

Một trẻ sơ sinh trong tay mẹ không thể làm gì
Và chỉ bú dòng sữa bởi lòng đầy yêu thương,
Với cùng tình yêu ấy, mẹ gánh bao điều khó .
Ai, dẫu là kẻ rất tệ, lại muốn bỏ mẹ mình? [303]
Ai, dẫu là người xấu xa, lại nỡ rời đi
Và bỏ rơi người đã cho ngươi một mái ấm,
Đã chăm sóc chắt chiu con trẻ với lòng từ ái,
Là người chịu bao đắng cay và không chỗ tựa nương?

Trong *Tán Dương Công Đức Vô Lượng* (*Guṇāparyanta-stotra*) của ngài Triratnadāsa có đoạn[3]:

"Đó không phải cách của tôi nhằm giải thoát cho mình trong khi bỏ rơi các chúng sinh này
Người mà vô minh mù quáng làm lu mờ toàn bộ trí thông minh

---

[1]BA36 *Śiṣya-lekha*: 95; D4183: Nge 52a1.
[2]BA37 Ibid: 96-97; D4183: Nge 52a1-3.
[3]BA38 *Guṇāparyanta-stotra*, D1155: Ka 196b3-4.

Và là bố mẹ, là con cái vốn phục vụ và yêu mến giúp đỡ mình".
Nghĩ về điều ấy, tôi tha thiết nguyện sẽ giải thoát chúng sinh không người bảo vệ.

Có người băn khoăn nghi vấn: Làm sao ta có thể đền đáp sự giúp đỡ của họ?

Đáp: Bất kể bao nhiêu tài sản và hạnh phúc mà các bà mẹ quý vị có được trong luân hồi, tất cả đều đánh lừa mẹ quý vị. Vì vậy, quý vị cần đền đáp công ơn của họ, nghĩ rằng: "Trước kia, mẹ quý vị đã bị thương nặng vì sự điên rồ của những khổ đau ngự trị trong họ. Sau đó, tôi đã tạo ra thêm các khổ đau nữa cho những chúng sinh vốn đã bị đau khổ rồi, cứ như tôi bôi vôi sát muối vào vết thương vậy. Giờ đây, tôi sẽ đưa những chúng sinh khổ đau này vào con đường hạnh phúc của giải thoát, Niết-bàn". Trong *Trung Đạo Tâm Luận* (*Madhyamaka-hṛdaya*) của ngài Thanh Biện có viết rằng[1]:

Hơn thế nữa, tựa như xát muối
Vào vết thương những người bị sở hữu
Bởi điên rồ của cảm xúc khổ đau,
Tôi tạo thêm phiền não cho những ai bệnh vì đau khổ.
Lúc hiện nay, có gì nữa khác hơn niết-bàn
Để đền đáp công ơn của họ
Những người mà trong nhiều đời kiếp trước
Đã giúp tôi bằng thương mến và chiêu hầu?

Người ta nói rằng, lòng tốt không được đền đáp còn hơn cả việc gánh vác nặng nề của đại dương cộng với núi Tu Di và rằng việc trả ơn người khác tạo ra sự tán thán của các các thiện tri thức.

---

[1]BA39 *Madhyamaka-hṛdaya* D3855: Dza2b2-3.

Trong *Long Vương Cổ Kệ* (Nāga-rāaja-bherī-gāthā) có nói rằng[1]:

> Cả đại dương, Tu Di và Trái đất
> Không phải là một gánh nặng với ta. [304]
> Trong khi đó không đền ơn người khác
> Sẽ lại là gánh nặng lớn của ta.
> Thiện tri thức luôn xưng tán những ai
> Tâm thức họ không kích động hăng say,
> Nhận thấy ra và đáp đền hành động ấy
> Và những ai chẳng phí hoài lòng tha nhân tử tế.

Một cách toát yếu, mẹ của quý vị đã thiếu tỉnh trí, không thể duy trì an nhiên. Bà như người mù, không có sự dẫn dắt, và trong từng bước đi như thể bà đang tiến gần đến vách đứng kinh khủng. Nếu bà không thể đặt hy vọng vào đứa con của mình, thì ai nên nhận lấy trách nhiệm này? Nếu đứa con của bà không nhận lấy trách nhiệm giải thoát bà khỏi nỗi sợ hãi này, thì ai sẽ làm thế? Đứa con phải giúp bà giải thoát. Giống như vậy, sự điên rồ của những phiền não quấy rối sự an bình trong tâm thức của chúng sinh, tức những bà mẹ của quý vị. Vì vậy, họ đang thiếu tỉnh trí vì họ không thể kiểm soát tâm mình. Họ thiếu đi đôi mắt để nhìn thấy các ngã đường đi đến các trạng thái cao hơn [tái sinh làm người hay trời] và sự tốt đẹp chắc chắn [giải thoát hay toàn giác]. Họ không đạo sư thật sự, người chỉ dẫn cho những kẻ mù. Họ sẩy chân vì các hành động sai lầm của họ làm què quặt họ trong mọi thời điểm. Khi các bà mẹ này nhìn thấy bờ vực của vách đứng luân hồi nói chung và các cõi khổ đau nói riêng, tự nhiên họ trông vọng ở những đứa con mình, và những đứa con này có một trách nhiệm giúp mẹ thoát khỏi tình trạng đó. Vì vậy, với điều này trong tâm, hãy đền đáp công ơn của

---

[1]BA40 *Nāga-rāaja-bherī-gāthā*, {nghĩa là Các bài kệ về trống của Long Vương} D235: Sa 205b3-4.

những người mẹ mình bằng cách giúp họ thoát khỏi luân hồi. Trong Bồ-tát *Học Luận* của ngài Tịch Thiên có khẳng định[1]:

> Bị bối rối với khổ đau, bị mù do vô minh
> Bị ngã trượt trong mỗi bước
> Trên con đường vách đứng chênh vênh,
> Ngươi và kẻ khác luôn nếm trải những khổ đau –
> Mọi chúng sinh cũng đều khổ đau tương tự.

Mặc dù người ta nói rằng việc tìm kiếm lỗi lầm của người khác là không thích hợp và nhận ra những phẩm hạnh của họ dù là đơn giản nhất cũng rất tuyệt vời, ở đây điều thích hợp nhất là việc xem xét những người khác có cần sự giúp đỡ như thế nào.

2'' Phát triển thái độ quyết tâm vì lợi ích của tha nhân

Phát triển sự quyết tâm vì lợi ích của tha nhân gồm có ba phần:

1. Nuôi dưỡng tình yêu thương
2. Nuôi dưỡng lòng từ bi
3. Nuôi dưỡng sự kiên tâm nhất trí

(a) Nuôi dưỡng lòng yêu thương

Để hiểu về nuôi dưỡng lòng yêu thương, quý vị cần biết những chủ đề sau. Đối tượng của tình yêu thương là tất thảy chúng sinh, những người mà không có hạnh phúc. Các khía cạnh chủ quan là việc nghĩ rằng: "Sẽ tốt đẹp làm sao nếu chúng sinh được hạnh phúc", "Cầu mong hạnh phúc đến với họ" và "Tôi sẽ giúp họ hạnh phúc". [305]

Liên quan đến lợi ích của tình yêu thương, *Định Vương Kinh* (*Samādhi-rāja-sūtra*) có đề cập[2]:

---

[1]BA41 *śikṣā-samuccaya*, Vaidya 1961b: 195; D3940: Khi 194a5-6.

[2]BA42 trích dẫn từ *śikṣā-samuccaya*, D3940: Khi 171b2-3. Cf *Samādhi-rāja-sūtra*, Vaidya 1961a: 169; D127: Da115b6.

Luôn cúng dường những chúng sinh cao cả
Những vật phẩm cúng dường nhiều khôn kể
Nhiều tỷ đất đai cũng không thể sánh bằng
Một phần lợi ích của thái độ yêu thương

Người ta nói rằng lợi ích của tình yêu thương thì lớn lao hơn nhiều so với cúng dường to tát đến các bậc cao cả nhất [chư Phật và Bồ-tát]. Cũng như vậy, *Văn-thù-sư-lợi Phật Độ Trang Nghiêm Kinh* (*Mañjuśrī-buddha-kṣetra-guṇa-vyūha-sūtra*) có đoạn[1]:

> Ở vùng đông bắc là cõi đất của Đấng Chiến Thắng Buddhesvara {tên dịch nghĩa Tự Tại Vương Phật} gọi là "Cõi trang nghiêm bởi một ngàn vũ trụ". Những chúng sinh ở đó có hạnh phúc giống như niềm hoan hỷ của một vị tăng trải nghiệm một sự tịch diệt. Nếu quý vị có thể khởi lên tình yêu thương ở đây trong cõi Diêm Phù Đề hướng về tất cả hữu tình chúng sinh chỉ đơn giản là trong một cái búng ngón tay, công đức có được sẽ vượt qua công đức giành được khi giữ đức hạnh trong sạch trong một tỷ tỷ năm. Vậy liệu có cần phải đề cập đến công đức duy trì thái độ yêu thương trong cả ngày lẫn đêm?

Hơn thế nữa, trong *Bảo Hành Vương Chính Luận* của ngài Long Thọ thuyết[2]:

Cúng dường ba trăm bát vật thực
Dù thực hiện ba lần mỗi ngày

---

[1]BA43 *Ārya-Mañjuśrī-buddha-kṣetra-guṇa-vyūha- mahāyānā-sūtra*, {*Văn-thù-sư-lợi Phật Độ Trang Nghiêm Đại Thừa Kinh*} D59: Ga 262b4-263a1.

[2]BA44 Rā: 5.283-285; Hahn 1982: 88.

Vẫn không bằng một phần công đức
Của yêu thương chỉ trong khoảnh khắc.
Dù ngươi chưa giải thoát bởi yêu thương
Ngươi sẽ được tám phẩm tánh tốt:
Chư thiên và người sẽ yêu mến ngươi,
Họ cũng sẽ luôn luôn bảo vệ ngươi
Ngươi sẽ có niềm vui và thoải mái về vật chất;
Chất độc và vũ khí không hại được ngươi.
Ngươi đạt mục đích không cần cố gắng,
Và tái sinh vào giới của Phạm Thiên.

Nếu quý vị có lòng yêu thương, thì chư thiên và con người sẽ yêu mến quý vị và tự nhiên bị thu hút về hướng quý vị. Hơn thế nữa, Đấng Chiến Thắng đã đánh bại đội quân của Ác ma nhờ sức mạnh của tình yêu thương, vì thế tình yêu thương là người bảo vệ tối thượng, và vv.... Vì vậy, mặc dù rất khó để phát triển tình yêu thương, quý vị cần phải nỗ lực làm như vậy. *Bồ-tát Học Luận* có nói rằng quý vị nên toàn tâm suy nghĩ về các câu kệ trong *Kim Quang Minh Kinh* (*Suvarṇa-prabhāsa-sūtra*)[1] trong đó thảo luận về việc nuôi dưỡng tình yêu thương và lòng từ bi. [306] Kinh đó cũng nói thêm rằng ít nhất quý vị nên tụng đọc và thiền về bài kệ sau đây của kinh này[2]:

Thông qua âm thanh tiếng trống vĩ đại của hào quang vàng thiêng liêng
Nguyện cho mọi khổ đau của những cõi thấp, những khổ đau mang đến bởi tử thần,

---

[1]Một số nơi dịch thành *Kinh Ánh Sáng Hoàng Kim*, trong khi tên thật sự nên đặt theo lối chữ thuần Việt là *Kinh Ánh Sáng Vàng*. Ở đây, chúng ta dùng lối đặt tên Hán-Việt cho thống nhất với hầu hết tên kinh điển Việt ngữ hiện tại đều dùng từ Hán-Việt.

[2]BA45 *Ārya-suvarṇa-prabhāsottama-sūtrendra-rāja-nāma-mahāyānā-sūtra*, D556: Pa 172a1.

Những khổ đau của sự nghèo đói, và mọi khổ đau sẽ được xua tan
Trong cả tam thiên đại thiên thế giới.

Sau đây là các giai đoạn nuôi dưỡng lòng yêu thương. Đầu tiên, nuôi dưỡng tình yêu thương đến những người bạn. Sau đó, nuôi dưỡng tình yêu thương đến những người mà quý vị có cảm xúc trung lập. Kế đó, nuôi dưỡng tình yêu thương đến những kẻ thù của quý vị. Sau đó hãy nuôi dưỡng tình yêu thương dần dần đến tất thảy chúng sinh.

Và sau đây là cách thức để nuôi dưỡng tình yêu thương. Quý vị chỉ có thể phát triển lòng yêu thương khi quý vị đã liên tục suy nghĩ về những chúng sinh bị hành hạ vì những khổ đau ra sao, hãy phát triển tình yêu thương bằng cách liên tục suy nghĩ về những chúng sinh thiếu hạnh phúc thế nào, cả bị ô nhiễm lẫn thuần khiết. Khi quý vị đã quen với điều này, quý vị sẽ tự nhiên mong muốn các chúng sinh được hạnh phúc. Thêm vào đó, hãy gợi ra nhiều dạng hạnh phúc trong tâm và sau đó hiến dâng cho các chúng sinh khác

(b) Nuôi dưỡng lòng từ bi

Để hiểu được về việc nuôi dưỡng lòng từ bi, quý vị phải hiểu biết về những chủ đề sau. Đối tượng của lòng từ bi là mọi chúng sinh vốn trải qua bất hạnh dù là bất cứ loại nào trong ba loại khổ[1]. Khía cạnh chủ quan là nghĩ rằng: "Sẽ tốt đẹp làm sao nếu mọi chúng sinh được giải thoát khỏi khổ đau", và "Tôi sẽ khiến họ giải thoát khỏi khổ đau". Các bước của sự nuôi dưỡng lòng từ bi là, đầu tiên nuôi dưỡng lòng từ bi hướng về những người

---

[1]Nhắc lại ba loại khổ bao gồm: (1) khổ vì đau đớn (khổ khổ), (2) khổ vì sự thay đổi (hành khổ) và (3) khổ vì duyên sinh (hoại khổ). Xem thêm chi tiết trong *Tứ Diệu Đế*. Chương hai. *Ba Loại Khổ*. Dalai Lama. Truy cập 24/12/2011. <http://www.quangduc.com/coban-2/374tudieude2.html>.

bạn, sau đó hướng về những chúng sinh quý vị có cảm xúc trung lập và sau đó là những kẻ thù. Khi quý vị đã có lòng từ bi bình đẳng với những kẻ thù và những người bạn, hãy dần dần nuôi dưỡng nó hướng về tất cả mọi chúng sinh trong mười phương.

Theo những bài giảng về tri kiến, Liên Hoa Giới đã vạch ra con đường để tuần tự nuôi dưỡng tâm bình đẳng, tình yêu thương và lòng từ bi trong khi phân biệt các đối tượng cụ thể của thiền[1]. Đây là một điểm cực kỳ quan trọng. Nếu quý vị rèn luyện những thái độ về sự bình đẳng, tình yêu thương và lòng từ bi thiếu hẳn việc phân biệt và chọn lấy các đối tượng cụ thể, mà chỉ dùng một đối tượng chung từ đầu, thì quý vị sẽ chỉ có vẻ tạo ra những thái độ này. Sau đó, khi quý vị cố gắng áp dụng chúng vào những cá nhân cụ thể, quý vị sẽ chẳng thể khởi tạo ra thái độ này hướng đến tất cả mọi người. Nhưng một khi quý vị đã có những kinh nghiệm chuyển đổi hướng về một cá nhân trong thực hành thiền của quý vị như giải thích trước đây, sau đó quý vị sẽ dần dần tăng lên số lượng cá nhân quý vị quán tưởng trong thiền. Cuối cùng, hãy lấy tất cả chúng sinh nói chung làm đối tượng thiền của mình. [307] Khi quý vị duy trì thực hành này trong thiền, quý vị sẽ tạo ra những thái độ đúng đắn, dù là với các cá nhân hay với một nhóm.

Sau đây là cách thức để nuôi dưỡng lòng từ bi. Hãy xem xét những chúng sinh này – những bà mẹ của quý vị – trải qua những đau khổ chung và riêng sau khi rơi vào luân hồi ra sao. Trước đây tôi đã giải thích điều này[2]. Hơn nữa, nếu quý vị đã phát triển một nhận thức về những đau khổ chung và riêng của chính mình bằng cách rèn luyện trên lộ trình của một người trung căn, thì quý vị sẽ đánh giá được tình trạng của mình và nuôi dưỡng lòng từ bi hướng đến những người khác. Qua việc

---

[1]BA46 Bk1, Tucci 1958: 500; D3915: Ki 23b4-7.
[2]BA47 LRCM: 209-232; *Đại luận* quyển 1: 268-295.

làm theo phương pháp này, quý vị sẽ dễ dàng sinh ra lòng từ bi. Việc xem xét những đau khổ của chính mình tạo ra lòng quyết tâm giải thoát. Nghĩ về những đau khổ của người khác tạo ra lòng từ bi. Tuy nhiên, nếu trước tiên quý vị không xem xét những đau khổ của mình, quý vị sẽ không thể đạt đến điểm quan trọng của thực hành.
Đây là những minh họa đơn giản về cách thiền ra sao. Những thiện tri thức nên thực hành chi tiết về một trăm mười khổ đau được quan sát bởi lòng từ bi. Điều này được giải thích trong Bồ-tát *Địa*[1].

Hơn thế nữa, người ta nói rằng, ý tưởng của các vị Bồ-tát về khổ đau trong thời gian nuôi dưỡng lòng từ bi là nhiều hơn ý nghĩ của các vị Thanh Văn, người mà nhận thấy khổ đau với một thái độ tỉnh ngộ – kiến thức tối hậu và thực tế của sự thật về khổ đau của các Thanh Văn. Nếu quý vị quán chiếu từ những quan điểm vô lượng về cách mà chúng sinh thiếu vắng hạnh phúc và gặp khổ đau, quý vị sẽ phát triển rất nhiều tình yêu thương và lòng từ bi. Hơn thế nữa, nếu quý vị nghĩ về điều này trong một thời gian dài, tình yêu thương và lòng từ bi của quý vị sẽ mạnh mẽ và vững chắc. Vì thế, nếu quý vị hài lòng với chỉ một ít giáo huấn cá nhân và bỏ quên việc tự làm quen với những giải thích về các kinh luận cổ điển, lòng từ bi và tình yêu thương của quý vị sẽ rất yếu.

Hơn thế nữa, sau khi quý vị đã phân biệt xuyên suốt các đối tượng của thiền theo các giải thích trước đây – lòng từ bi là gốc rễ ra sao, phát triển Bồ-đề tâm là cánh cửa của Đại thừa thế nào, và vv... – sau đó quý vị cần phải phân tích những giải thích này bằng trí huệ phân biệt và gợi ra những trải nghiệm sau khi duy trì chúng trong thiền. Quý vị sẽ không thể đạt được điều gì với những kinh nghiệm không rõ ràng xảy đến khi quý vị tiến hành

[1]BA48 Bbh, P5538: 190.5.1-192.1.1.

một nỗ lực tập trung ngắn ngủi mà thiếu việc làm sáng tỏ chủ đề một cách chuẩn xác với sự hiểu của mình. Nên biết rằng điều này cũng đúng với những loại thực hành khác. [308]

Giai Trình Thiền phần một của ngài Liên Hoa Giới đưa ra phương pháp cho sự phát triển lòng từ bi[1]:

> Khi quý vị tự động cảm thấy lòng từ bi, vốn có mong ước chủ quan để hoàn toàn xóa tan những khổ đau của tất cả chúng sinh – giống như mong ước của bà mẹ được tẩy sạch những bất hạnh của đứa con yêu của bà – thì lòng từ bi sẽ hoàn thiện và vì thế được gọi là đại từ bi.

Ở đây, ngài Liên Hoa Giới nói rằng khi quý vị tự động cảm thấy lòng từ bi cho mọi chúng sinh giống như lòng từ bi của người mẹ đến với đứa con yêu dấu và bé bỏng của mình, thì quý vị sẽ có lòng đại từ bi toàn hảo tuyệt đối. Thông qua điều này, hãy hiểu phương pháp để phát triển lòng đại từ bi.

Lấy đoạn văn như điểm khởi đầu, ngài Liên Hoa Giới nói rằng[2]:

> Khi quý vị hứa nguyện sẽ hướng dẫn tất cả chúng sinh bằng việc tự tạo duyên với lòng đại từ bi, quý vị khởi tạo được tâm giác ngộ một cách không tốn sức, vốn có được bản tánh của sự ước nguyện đạt đến giác ngộ hoàn hảo vô thượng.

Ở đây ngài nói rằng đại từ bi, điều mà ngài đã giải thích bên trên, là nguyên nhân cần thiết cho sự phát triển Bồ-đề tâm nguyện. Cũng hãy hiểu điều này là một phương pháp cho sự phát triển Bồ-đề tâm. Hơn thế nữa, khẳng định này liên quan không chỉ đến việc phát triển tâm giác ngộ cho một người đã đạt

---

[1] BA49 Bk1, Tucci 1958: 500; D3915: Ki 23b7-24a1.
[2] BA50 Ibid. D3915: Ki 24a2.

đến lộ trình cao, mà cả liên quan đến việc phát Bồ-đề tâm cho những người mới bắt đầu. Trong *Đại thừa Tổng Luận* (*Mahāyāna-saṃgraha*) của ngài Vô Trước có đoạn[1]:

> Thứ mà có những thuộc tính của lòng tốt,
> Năng lực của khao khát mong muốn vững bền
> Luôn khởi thủy ba vô lượng kiếp
> Của một vị Bồ-tát.

Vì thế thậm chí một vị Bồ-tát bắt đầu ba vô lượng kiếp của sự thực hành cũng phải phát triển Bồ-đề tâm như thế.

Bởi vậy, giả sử quý vị ở chỗ không gần gũi với những đối tượng này và quý vị chỉ đơn thuần là khởi tâm: "Nguyện cho con đạt đến Phật quả vì lợi ích tất cả chúng sinh, và để làm điều đó, con sẽ nuôi dưỡng phẩm hạnh này". Quý vị có thể mắc một lỗi lớn khi giải trí bằng sự tự phụ sai lầm: "Tôi đã đạt được nó" với những thứ mà quý vị chưa hề đạt được. Sau đó nếu quý vị cho rằng tâm giác ngộ là giáo huấn cá nhân cốt lõi, tuy nhiên, thay vì rèn luyện trong nó, quý vị tìm kiếm một thứ gì khác và tu tập thứ đó, thì quý vị chỉ đang cho rằng đã vượt qua rất nhiều mức chứng ngộ khác nhau. [309] Nếu những ai biết về các điểm mấu chốt của Đại thừa nhìn thấy quý vị làm điều này, họ sẽ cười quý vị. Rất nhiều sách nói rằng những đứa con của các đấng Chiến Thắng vô thượng cũng rèn luyện Bồ-đề tâm như vậy trong nhiều kiếp lượng, coi đó là thực hành chính yếu quan trọng nhất. Cho nên có cần thiết để đề cập đến việc Bồ-đề tâm đó có thể ầm ĩ đạt đến bởi những người không có gì hơn là một hiểu biết thiển cận. Điều đó không có nghĩa là nó {Bồ-đề tâm} thật không thích hợp để thiền trên các đạo pháp khác, nhưng điều đó nói lên rằng quý vị phải trì giữ sự rèn luyện tâm giác ngộ như là giáo huấn cốt lõi và duy trì nó trong thiền.

---

[1]BA51 *Mahāyāna-saṃgraha*, D4048: Ri 31b1.

Có những người mà thậm chí không có bất cứ kinh nghiệm nào kể trên,[1] nhưng vẫn biết về các tu tập Đại thừa và có niềm tin vững chắc vào Đại thừa. Đầu tiên họ phát triển Bồ-đề tâm, nhận các giới thông qua các nghi lễ, và sau đó rèn luyện tâm Bồ-đề. Ví dụ, trong *Nhập Bồ-đề Hành Luận*[2] đầu tiên mô tả về việc tiếp thụ tâm giác ngộ và nhận các giới rồi sau đó tiếp nhận các giải thích chi tiết làm sao để thực hành Bồ-đề tâm trong bối cảnh ổn định thiền (một trong sáu Ba-la-mật-đa, vốn là các tu tập tiếp theo để phát khởi tâm giác ngộ). Tuy nhiên, để xác lập quý vị trở thành người tiếp nhận thích hợp cho các thực hành này, trước tiên quý vị phải rèn luyện nhiều loại thái độ trước đó. Sau khi quý vị đã rèn luyện tâm mình bằng cách nghĩ về các lợi ích, bằng cách thực hành bảy chi cúng dường[3], bằng cách quy y, và

---

[1]BA52 Ba-so-chos-kyi-rgyal-mtshan (mChan: 587.6) nói rằng điều này chỉ đến LRCM: 308.08, một cách không dụng công phát sinh Bồ-đề tâm.

[2]BA53 BCA: 3.22-26.

[3]Bảy chi cúng dường có nguồn gốc từ các hạnh nguyện Phổ Hiền. Phần giảng giải nhắc đến ở đây là một số đoạn kệ có trong *Nhập Bồ-đề Hành Luận* của Ngài Tịch Thiên. Đức Dalai Lama đã có một buổi thuyết giảng riêng về Phát Bồ-đề Tâm Nguyện và có chỉ dạy chi tiết về bảy chi cúng dường này. Trong đó bao gồm: (1) Đảnh lễ và (2) cúng dường chư Phật, chư Bồ-tát, (3) Xin sám hối sai phạm của mình từ vô thủy, (4) Chia sẻ vui mừng về mọi hành vi công đức nhằm đem lại hạnh phúc cho chúng sinh, (5) Cầu xin chư Phật mười phương dùng giáo pháp để hóa độ chúng sinh, (6) Cầu xin chư Phật không nhập vô dư niết-bàn để cứu độ chúng sinh, (7) Xin hồi hướng tất cả công đức để tẩy trừ đau khổ của tất cả chúng sinh. *The Teaching on Aspirational Bodhicitta*. Dalai Lama. Tibetan Cultural Center. Bloomington, Indiana July 27, 1996. Truy cập 24/12/2011. <http://www.bodhicitta.net/The%20Teaching%20on%20Aspirational%20Bodhicitta.htm>.

sau khi quý vị đã hiểu những cách rèn luyện này, thì quý vị phát triển niềm mong mỏi duy trì Bồ-đề tâm.

Một vài người nói đúng, dù chỉ thông qua việc thốt ra những ngôn từ rằng để tiến bộ trên con đường tu tập, quý vị cần phải tăng trưởng kiến thức về tánh Không. Để tiến bộ trên đường tu, tương tự vậy quý vị cần duy trì tâm giác ngộ trong thiền và sau đó tăng cường nó lên hơn nữa trong những cách đặc biệt hơn khi quý vị ở mức cao hơn, nhưng những người này không chỉ đơn thuần nói suông. Đây là độc đạo đã được đi qua của tất cả các đấng Chiến Thắng, tức là hai mươi hai loại Bồ-đề tâm[1] được

---

[1] Các trạng thái Bồ-đề tâm được phân loại theo cách so sánh hình ảnh. Theo như bản luận *Bát-nhã Ba-la-mật-đa Thích Hiện Quán Trang Nghiêm Phẩm* của ngài Sư-tử Hiền (skt. Haribhadrā) thì 22 dạng Bồ-đề tâm, so sánh tương ứng và đặc tính là:
(1) nguyện ước – đất – đặc tính nền tảng của tất cả các pháp thiện đức
(2) ý tưởng – vàng ròng – không đổi cho đến khi giác ngộ
(3) ý tưởng đặc biệt – trăng non – tăng trưởng hoàn toàn tất cả các phẩm hạnh
(4) dụng công – lửa – đốt tan nhiên liệu của ngăn che bằng tam minh bao gồm túc mạng minh (thấy biết được các tiền kiếp), thiên nhãn minh (biết cái chết và tái sanh của các loài hữu tình) và lậu tận minh (đoạn trừ tất cả các tham dục lậu hoặc)
(5) bố thí – kho châu báu lớn – thỏa mãn cho tất cả chúng sinh
(6) trì giới – đá quý – hỗ trợ đúng đắn các phẩm chất quý giá
(7) nhẫn nhục – đại dương – không bị quấy nhiễu bởi các sự kiện không mong muốn
(8) tinh tấn – kim cương – không thay đổi thông qua sự thuyết phục mạnh mẽ
(9) định lực từ thiền – vua của các ngọn núi – không chao động bởi những xao lãng
(10) trí huệ – dược thảo – làm bình lặng hoàn toàn các căn bệnh của ảo tưởng và che chướng
(11) phương tiện thiện xảo – hướng dẫn tinh thần – không bỏ rơi quyền lợi của chúng sinh trong mọi trường hợp

dạy trong *Hiện Quán Trang Nghiêm Luận*[1]. Hãy hiểu những điều này từ sự giải thích của các nhà tiên phong vĩ đại liên quan đến cách làm sao tiến bộ trên con đường tu tập bằng hai phương tiện: tâm giác ngộ và trí tuệ về tánh không. [310]

(c) Nuôi dưỡng sự quyết tâm tuyệt đối

Ở điểm kết thúc của thiền về tình yêu thương và lòng từ bi hãy nghĩ, "Chao ôi, những chúng sinh mà tôi hằng yêu quý này bị

---

(12) cầu nguyện – viên ngọc ước – đạt được các thành quả mong muốn tương ứng
(13) năng lực – mặt trời – hoàn toàn chín muồi công đức trong tâm thức các đệ tử
(14) trí huệ cao thượng – nhạc thiên cung – chỉ ra giáo pháp làm cho đệ tử cảm hứng
(15) trí thấu suốt – đại vương – hoàn tất các lợi ích cho tha nhân thông qua năng lực vô ngại
(16) công đức và trí huệ – kho báu – như các kho báu của hai bồ tư lương
(17) các Pháp tương ứng với lớp giác ngộ – đại lộ – sẽ đi trên con đường mà các thánh nhân đi
(18) từ bi và tuệ giác siêu việt – ngọn núi – không rơi vào cả luân hồi lẫn niết-bàn, đi lại dễ dàng
(19) trì giữ và can đảm – dòng suối – bám trụ vào các pháp đã nghe và chưa nghe không mệt mỏi
(20) Pháp hội – âm thanh êm dịu – công bố một cách hài lòng các đệ tử mong muốn giải thoát
(21) độc đạo được đi qua – dòng sông – không khác khi tiến hành lợi ích cho tha nhân
(22) có được Pháp thân – mây – khả năng luôn có thể tiến hành 12 hành vi Phật như nhập cõi Đâu xuất hay Tịnh độ, nhập thai mẹ, tái sinh, có kỹ năng công nghệ, hỷ lạc với các đối ngẫu, phát triển từ bỏ thế tục và thành tu sĩ, tu tập khổ hạnh trong 6 năm, tu tập dưới chân cội bồ-đề, vượt thắng ma vương, toàn giác, chuyển pháp luân, và nhập đại bát niết-bàn.

[1] BA54 AA: 1.19-20, trích dẫn ở đây như là Pha rol tu phyin pa'i man ngag gi bstan bcos, Luận giảng về *Bát-nhã Ba-la-mật-đa Luận* (*Prajñāpāramitopadeśa śāstra*).

mất đi hạnh phúc và bị dày vò bởi những đau khổ; làm sao tôi có thể cho họ hạnh phúc và giải phóng họ khỏi khổ đau?" Nghĩ theo cách này, rèn luyện tâm quý vị ít nhất trong suy nghĩ như vậy để nhận lấy trách nhiệm giải phóng chúng sinh. Dù suy nghĩ này được miêu tả trong các hoàn cảnh của thực hành về đền đáp công ơn mẹ của quý vị; ở đây nó biểu thị rằng thật là chưa đủ để có lòng từ bi và tình yêu thương vốn chỉ nghĩ: "Sẽ tốt làm sao nếu họ có được hạnh phúc và được giải phóng khỏi khổ đau". Vì, suy nghĩ này cho thấy trách nhiệm quý vị phải phát triển lòng từ bi và tình yêu thương để có khả năng tạo ra sự quyết tâm: "Tôi sẽ mang hạnh phúc và lợi lạc đến cho mọi chúng sinh". Nó sẽ rất hiệu quả nếu quý vị thực hành điều này liên tục, luôn giữ chánh niệm về nó trong mọi hoạt động thế tục trong suốt giai đoạn hậu thời thiền và vv..., chứ không chỉ trong buổi thiền tập. *Giai Trình Thiền* phần hai của ngài Liên Hoa Giới có viết[1]:

Hãy nuôi dưỡng lòng từ bi này hướng về tất cả chúng sinh trong mọi thời, dù quý vị trong thiền định hay trong các hoạt động khác.

Lòng từ bi ở đây chỉ là một ví dụ; quý vị cần phải làm y hệt vậy khi duy trì bất cứ loại thiền nào. Đạo sư vĩ đại Nguyệt Quan có nói rằng [trong *Tuyên Nhập Tụng* (*Deśanā-stava*)]:[2]

> Từ vô thủy, cây tâm thức
> Đã thấm đượm mật đắng các khổ đau
> Và ngươi chẳng thể làm dịu ngọt vị nếm của nó
> Thì làm sao một giọt nước của phẩm tánh tốt có thể làm ảnh hưởng?

---

[1]BA55 Bk2, P5311: 31.2.3-4.
[2]BA56 *Deśanā-stava*, D1159: Ka206a5.

Vì vậy ngài nói, chẳng hạn quý vị không thể làm cho thân cây Tig-ta to lớn và đắng trở nên ngọt hơn bằng cách đổ chỉ một giọt nước đường vào nó. Tương tự vậy, dòng tâm thức đã thấm sâu những cảm xúc đau khổ cay đắng từ thời vô thủy không thể thay đổi hoàn toàn chỉ với một sự nuôi dưỡng các phẩm tánh tốt của tình yêu thương, lòng từ bi và vv.... Bởi vậy, quý vị cần duy trì thiền của mình một cách liên tục.

b'' Rèn luyện lòng quyết tâm giác ngộ

Khi quý vị đã được truyền cảm hứng bởi những quá trình nêu ra trước đây và đã nhận thấy rằng quý vị cần giác ngộ vì lợi ích tất thảy chúng sinh, quý vị sẽ phát triển ước muốn thành tựu nó. [311] Tuy nhiên, đó chưa phải là đủ. Đầu tiên, hãy tăng trưởng tín tâm càng nhiều càng tốt bằng cách quán chiếu những phẩm tánh tốt của thân, khẩu và ý của đức Phật và các hoạt động giác ngộ của ngài như đã được giải thích trong chương về quy y.[1] Sau đó, như đã được dạy rằng niềm tin là nền tảng cơ bản của ước nguyện, hãy phát triển niềm mong muốn đạt được những phẩm tánh tốt này từ sâu thẳm trái tim của quý vị và hãy mang lại một sự chắc chắn rằng đạt đến toàn trí ngay cả vì lợi ích của chính mình cũng là hoàn toàn cần thiết.

Mặc dù có nhiều nguyên nhân cho sự phát triển tâm giác ngộ, *Như Lai Trí Ấn Định Kinh* được trích trong *Giai Trình Thiền*, có nói rằng thật là đặc biệt nhất để phát triển nó cho chính quý vị, vượt qua bởi lòng từ bi.

c'' Nhận diện Bồ-đề tâm, kết quả của sự rèn luyện

Định nghĩa tổng quát về tâm giác ngộ theo sau ý nghĩa được đưa ra trong *Hiện Quán Trang Nghiêm Luận:* ["Sự phát triển Bồ-đề tâm là mong muốn cho một sự giác ngộ toàn hảo vì phúc lợi của

---

[1]BA57 LRCM: 134-140; *Đại luận* quyển 1: 181-187.

tha nhân”] được trích dẫn trước đó.[1] Liên quan đến các chương nhỏ, *Nhập Bồ-đề Hành Luận* theo cùng với phẩm *Hoa Nghiêm* và viết rằng đó là Bồ-đề tâm nguyện và Bồ-đề tâm hành:[2]

> Chỉ như người ta phân biệt
> Giữa mong muốn đi và đang đi
> Tương tự thiện tri thức nên biết phân chia
> Của hai thứ này theo thứ tự.

Mặc dù có rất nhiều bất đồng về hai loại đó là gì, hãy biết rằng nguyện ước là hoặc: “Xin cho con trở thành một vị Phật” hay: “Con sẽ thành Phật” vì lợi ích của tất cả chúng sinh và rằng chừng nào quý vị chưa nhận các giới [Bồ-tát], thì đó là {Bồ-đề} tâm nguyện vốn hiện diện, bất kể quý vị có tu tập trong hành động về Bố thí {trì giới, …} và vv.... Một khi quý vị thọ giới, tâm hiện diện là Bồ-đề tâm hành. *Giai Trình Thiền* phần một có đoạn:[3]

> Bồ-đề tâm nguyện là ý định ban đầu: “Nguyện cho con thành Phật vì lợi ích của chúng sinh”. Bồ-đề tâm hành hiện diện một khi ngươi nhận các giới và dấn thân vào việc tích lũy các công đức và trí tuệ tối thượng.

Có rất nhiều tranh cãi xung quanh vấn đề này, nhưng tôi không thảo luận chi tiết chúng ở đây. [312]

---

[1] BA59 LRCM: 291.14.
[2] BA60 BCA: 1.15; *Gaṇḍa-vyūha-sūtra*, D44: A 308a7-b1.
[3] BA61 Bk1, Tucci 1958: 503; D3915: Ki 25a3-4.

Chương 4: Hoán Chuyển Ngã-Tha

b' Rèn luyện dựa trên các giảng dạy từ đứa con của các đấng chiến thắng, ngài Tịch Thiên

1' Quán chiếu về những lợi lạc của việc hoán đổi giữa bản thân và người khác {hoán chuyển ngã-tha} và sai sót của việc không hoán đổi như vậy

2' Khả năng hoán chuyển ngã-tha nếu quý vị làm quen với ý nghĩ về việc làm như vậy

3' Các giai đoạn của thiền định về làm sao hoán chuyển ngã-tha

iii) Phương pháp tạo ra tinh thần giác ngộ

ॐ

b' Rèn luyện dựa trên các giảng dạy từ đứa con của các đấng chiến thắng, ngài Tịch Thiên

Rèn luyện dựa trên các giảng dạy của đứa con của các đấng chiến thắng, ngài Tịch Thiên bao gồm ba phần:

1. Quán chiếu về những lợi lạc của việc hoán chuyển ngã-tha và lỗi lầm của việc không hoán chuyển như vậy.
2. Khả năng hoán chuyển ngã-tha nếu quý vị làm quen với ý nghĩ về việc làm như vậy.
3. Các giai đoạn của thiền định về làm sao hoán đổi giữa bản thân và người khác.

1' Quán chiếu về những lợi lạc của việc hoán chuyển ngã-tha và lỗi lầm của việc không hoán chuyển như vậy

Nhập Bồ-đề Hành Luận có viết[1]:

Ai mong ước nhanh chóng bảo vệ

[1] BA62 BCA: 8.120, 8.129-131.

Bản thân mình và cả tha nhân
Cần hoán đổi bản thân và người khác
Thực hành điều bí mật tuyệt vời này.

Và:

Niềm vui thế tục nào sánh được
Khởi lên từ mong ước vì hạnh phúc cho người
Khổ đau thế tục nào hơn được
Khởi lên từ mong ước hạnh phúc cho mình
Cần phải nói thêm điều chi nữa?
Hãy nhìn vào khác biệt giữa hai điều:
Người bình thường hành động cho bản thân;
Bậc hiền triết xử sự vì người khác.
Nếu ngươi không thực sự chuyển đổi
Hạnh phúc của chính mình thay cho khổ đau của tha nhân
Ngươi sẽ không đạt thành Phật quả
Và thậm chí ở trong luân hồi, ngươi sẽ chẳng có niềm vui.

Hãy xem xét làm sao việc tự cho mình là trung tâm lại là cánh cửa cho mọi khổ đau và việc cho người khác là trung tâm lại là nền tảng của mọi sự tuyệt vời.

2' Khả năng để hoán chuyển ngã-tha nếu quý vị làm quen với ý nghĩ về việc làm như vậy

Lấy ví dụ về kẻ thù trở thành một người bạn. Đầu tiên, khi quý vị nghe thấy tên của kẻ thù, sự sợ hãi nổi lên. Sau đó quý vị hòa giải và trở thành những người quý vị thân đến mức khi người bạn mới này vắng mặt, quý vị sẽ thấy rất buồn. Sự đảo ngược này đến từ việc quý vị đã làm cho mình quen với một thái độ mới. Giống như vậy, vì thế nếu quý vị làm quen với cái nhìn dành chính mình như là quý vị hiện đang có cái nhìn dành người khác hiện tại [với thái độ thờ ơ] và các quan điểm dành người khác như quý vị đang dùng các quan điểm đó dành chính bản

thân quý vị [với một thái độ chăm nom], quý vị sẽ hoán đổi được bản thân và người khác. *Nhập Bồ-đề Hành Luận* có viết:[1]

> Đừng quay lưng lại với khó khăn này
> Dù ngươi đã sợ hãi khi nghe tên ai đó
> Giờ đây, nhờ sức mạnh của việc tạo duyên
> Ngươi không thích sự vắng mặt của người đó.

Và cũng viết:

> Không hề khó khăn khi xem xét thân tôi
> Với cách nhìn mà tôi hướng về thân người khác.

Vấn: Bởi vì thân thể người khác không phải thân thể quý vị, làm sao quý vị có thể phát triển một thái độ tương đồng mà quý vị có với chính mình?

Đáp: Thân thể của quý vị được sinh ra từ tinh cha và huyết mẹ.[2] Mặc dù nó được tạo ra bởi các phần của thân thể người khác, quý vị vẫn cứ tin nó là của mình bởi sự ảnh hưởng của các điều kiện trước đây. [313] Tương tự vậy, nếu quý vị trở nên quen với việc chăm nom người khác như quý vị làm với chính mình, quý vị sẽ nhìn nó theo quan điểm mà quý vị có với chính mình. *Nhập Bồ-đề Hành Luận* có viết:[3]

> Bởi vậy như khi ngươi quan niệm "tôi"
> Với liên hệ đến những giọt tinh cha
> Và huyết người khác, nên ngươi có thể tạo duyên
> Cho việc chăm nom người khác như thể chính mình.

---

[1]BA63 BCA: 8.119, 8.112cd.
[2]BA64 Về một trình bày về quá trình tái sinh, xem *Đại Luận* tập 1.
[3]BA65 BCA: 8.111.

Quán chiếu một cách xuyên suốt về những lợi lạc của việc đặt người khác làm trung tâm và những lỗi lầm của việc tự đặt mình làm trung tâm. Bằng cách đó quý vị sẽ tạo ra được một niềm vui lớn lao từ sâu thẳm trái tim khi thiền định về sự hoán đổi giữa bản thân và người khác. Sau đó hãy nhận ra rằng quý vị có thể thực sự tạo ra nó khi quý vị trở nên quen với nó.

3' Các giai đoạn thiền định về làm sao hoán chuyển ngã-tha

Các cụm từ "hoán đổi giữa bản thân và người khác" và "biến quý vị thành người khác và người khác thành quý vị" không chỉ ra một sự rèn luyện trong thái độ mà nghĩ rằng: "tôi là người khác" hay "mắt của người khác là của tôi". Chúng cho thấy một sự thay đổi trong định hướng giữa hai trạng thái của tâm rằng tự chăm nom bản thân và thờ ơ kẻ khác, trong khi quý vị phát triển thái độ chăm nom người khác như quý vị đang làm với chính bản thân mình và thờ ơ bản thân như quý vị đang làm với người khác.

Vì thế, ngài Tịch Thiên có dạy trong câu trên rằng quý vị phải "hoán đổi những hạnh phúc của bản thân bằng khổ đau của người khác" nghĩa là coi việc chăm chút cho mình như kẻ thù và sau đó ngưng đi việc nhấn mạnh hạnh phúc cá nhân. Thêm vào đó, quý vị phải coi việc chăm nom người khác là phẩm tánh tốt, ngưng đi việc thờ ơ những khổ đau của người, và thay vào đó nhấn mạnh việc xóa đi khổ đau của họ. Nói tóm lại, lời khẳng định này nghĩa là quý vị cần xua tan những khổ đau của người khác trong khi không quan tâm đến hạnh phúc của chính mình.
Có hai chướng ngại trong sự rèn luyện thái độ hoán chuyển ngã-tha này:

1. Quý vị có sự phân biệt thứ bậc giữa người vốn hạnh phúc hay khổ đau – giữa mình và người khác – phân biệt họ như là sự khác biệt giữa xanh hay vàng. Sau đó, quý vị đạt được hạnh phúc và xua tan những khổ đau của bản thân bởi vì quý vị nghĩ

họ như là "của mình", và thờ ơ hạnh phúc và khổ đau của người khác vì quý vị nghĩ rằng chúng "thuộc về người khác".

Bởi vậy, phương thuốc cho vấn đề này là đừng tạo ra sự phân biệt giữa mình và người như là khác nhau một cách cốt lõi. Thay vào đó, hiểu rằng mình và người khác là phụ thuộc lẫn nhau như khi quý vị nhận biết về mình, quý vị biết về người; và khi quý vị biết về người khác, quý vị cũng biết về mình. Nó giống như khi nhận biết về ngọn núi gần và ngọn núi xa. Một cách tương đối với vị trí của quý vị ở đây, quý vị nghĩ rằng một ngọn núi ở đó thì xa, tuy nhiên khi quý vị đi đến ngọn núi ở xa này, quý vị sẽ nghĩ rằng nó ở gần. [314] Bởi vậy việc nhận biết về mình và về người khác không giống như nhận thức về màu sắc, vì, bất kể màu sắc liên quan đến cái gì, quý vị nhận biết đó chỉ là màu xanh và không biết đến vài màu khác. Hơn thế nữa, trong *Bồ-tát Học Luận* của ngài Tịch Thiên có viết:[1]

> Bằng cách trở nên quen với sự bình đẳng giữa ta và người,
> Tâm giác ngộ sẽ trở nên bền vững.
> Ta và người đều phụ thuộc lẫn nhau
> Như bờ này và bờ kia của một con sông, chúng đều là sai.
> Bờ bên kia không tự nó là "kia"
> Với một ai khác, nó lại là "bờ này"
> Tương tự vậy, "ta" không tồn tại tự riêng mình nó

---

[1]Uẩn (skt. skandha) là các yếu tố kết thành con người bao gồm 5 uẩn: (1) sắc hay lục căn (skt. rūpa) – các giác quan gồm mắt, tai, mũi, lưỡi, thân và ý; (2) thọ (skt. Vedanā) – các loại cảm xúc; (3) tưởng (skt. saṃjñā) các tri giác nhận biết gồm màu sắc, âm thanh, mùi, vị, cảm giác, và ý thức; (4) hành (skt. saṃskāra) những hoạt động tâm lí sau khi có tưởng, ví dụ chú ý, đánh giá, vui thích, ghét bỏ, quyết tâm, tỉnh giác … ; (5) thức (skt. Vijñāna) sáu thức nhãn thức, nhĩ thức, tỉ thức, thiệt thức, thân thức và ý thức. *Ngũ uẩn*. Wikipedia.org. Truy cập 26/12/2011. <http://vi.wikipedia.org/wiki/Ng%C5%A9_u%E1%BA%A9n>.

Với ai kia, nó lại là "người khác".

Bởi vậy, ngài Tịch Thiên có chỉ ra rằng ta và người chỉ được thừa nhận trong một tham chiếu cụ thể và không tồn tại một cách bản chất.

2. Quý vị cần loại bỏ chướng ngại về ý nghĩ rằng: "Tôi sẽ không cố gắng để xua tan những khổ đau của người khác bởi vì khổ đau của người khác không gây hại cho tôi". Nó sẽ giống như không tích lũy tài sản khi quý vị còn trẻ vì chẳng sợ hãi tuổi già vì quý vị nghĩ khổ đau khi già sẽ không làm hại quý vị trong tuổi trẻ. Hoặc, như được nói trong *Nhập Bồ-đề Hành Luận*,[1] nó sẽ giống như là không làm dịu vết đau ở chân của quý vị bằng bàn tay, vì chân của quý vị là "khác". Già và trẻ (hay tương tự là, kiếp trước và kiếp sau) chỉ là các minh họa; nguyên lý này cũng áp dụng cho buổi sáng và tối, ngày trước và sau và vv....

Vấn: Nhưng tuổi già và tuổi trẻ là một dòng tiếp nối, còn chân và tay là một uẩn[2], vậy chúng đâu có tương đồng với bản thân và người khác?

Đáp: "dòng tiếp nối" và "uẩn" được chỉ ra trong nhiều thời điểm và trong nhiều bộ phận; chúng không có một bản ngã đầy đủ. "Bản ngã" của chính quý vị và "bản ngã" của người khác phải phải được khẳng định với một uẩn và một dòng tiếp nối, nên ta và người không được xác lập theo phương cách của một bản chất vốn có thể được khẳng định một cách độc lập.

Tuy nhiên, từ thời vô thủy, quý vị đã thấy những khổ đau của chính mình là không thể chịu đựng nổi bởi vì quý vị đã được tạo duyên bởi việc tự chăm nom mình. Vì thế, nếu quý vị trở nên

---

[1]BA67 BCA: 8.99, 101.
[2]BA66 *śikṣā-samuccaya*, Vaidya 1961b: 191; D3940: Khi 192a4-5.

được tạo duyên với việc chăm nom người khác, quý vị sẽ khởi lên được thái độ về việc thấy khổ đau của người khác là không thể chịu đựng nổi.

Sau khi quý vị loại bỏ những chướng ngại để hoán đổi bản thân và người khác theo cách này, con đường thực sự để thiền định là như sau. [315] Vượt ra ngoài bám chấp vào bản thân, thái độ yêu thương chính mình sẽ tạo ra nhiều điều không mong muốn từ suốt thời vô thủy đến nay. Mặc dù quý vị muốn làm điều gì đó hoàn hảo cho mình, quý vị nhấn mạnh vào phúc lợi của mình và xác tiến các phương thức không đúng đắn. Quý vị đã giành vô số kiếp để làm điều này, nhưng chưa hề đạt được chút mục đích nào cho mục đích của mình và cho người. Không những không đạt được những điều này, quý vị còn bị dày vò bởi khổ đau. Nếu quý vị thay thế những bận tâm về hạnh phúc cá nhân bằng hạnh phúc của người khác, quý vị chắc chắn sẽ trở thành một vị Phật từ rất lâu rồi, và đã hoàn thành các mục tiêu của mình cũng như của tha nhân một cách hoàn bị và toàn hảo. Bởi vì quý vị đã không làm điều này, quý vị đã sử dụng thời gian một cách vô ích và vất vả.

Hãy quyết định chắc chắn bằng cách nghĩ rằng, "Bây giờ tôi hiểu những lỗi lầm của việc yêu thương chính bản thân và lợi ích của việc yêu thương người khác. Với rất nhiều nỗ lực, nương tựa vào chánh niệm và tỉnh giác, tôi sẽ không yêu thương bản thân nữa, kẻ thù lớn nhất của tôi, và tôi sẽ không cho phép những yêu thương tự ngã tiềm tàng khởi lên". Theo cách này, hãy liên tục dừng việc yêu thương tự thân. *Nhập Bồ-đề Hành Luận* có nói:[1]

> Tự yêu thương bản thân tất đã hại tôi
> Vô số đời trong cõi luân hồi

---

[1]BA68 BCA: 8.154 cd, 8.155, 8.157.

Ngươi! Ôi cái tâm, mặc dù ngươi đã giành vô số kiếp
Muốn hoàn tất phúc lợi cho riêng mình,
Qua khó khăn vô cùng như thế
Ngươi chỉ nhận về sự khổ đau.

Và:

Nếu ban đầu ngươi đã hành xử vì hạnh phúc người khác
Điều kiện này vốn thiếu đi
Hạnh phúc hoàn hảo của Phật quả
Đã không thể xảy ra

Vì thế, đừng tự cho mình là trung tâm cũng đừng ủng hộ cho xu hướng này. Quý vị cần rèn luyện nhiều nữa trong thái độ sẵn sàng bố thí cho tất cả chúng sinh thân thể, nguồn tài lực và gốc rễ của đức hạnh của mình; và quý vị phải làm việc vì phúc lợi của những người mà quý vị cho đi những thứ này. Thật là sai lầm khi làm ngược lại, bởi vậy đừng có thái độ nhìn thân thể, nguồn tài lực và mọi gốc rễ của thiện đức của mình như là cho các mục đích riêng quý vị thôi. *Nhập Bồ-đề Hành Luận* nói:[1]

"Tôi bị kiềm chế bởi tha nhân";
Ngươi! Ôi cái tâm, hãy biết chắc chắn điều này
Bây giờ đừng nghĩ đến điều chi khác
Ngoài hạnh phúc của tất thảy chúng sinh. [316]
Thật là sai khi đạt mục đích riêng mình
Nhãn, nhĩ, … tôi, chịu kiềm chế từ người khác
Bởi vậy, không đúng khi làm điều sai với tha nhân
Nhãn, nhĩ, … tôi, đều vì hạnh phúc của họ.

Nếu quý vị đánh mất ý nghĩ rằng thân thể và những thứ khác của quý vị đều là vì hạnh phúc của người khác và nghĩ rằng chúng là

---

[1] BA69 BCA: 8.137-138.

vì hạnh phúc riêng quý vị, hoặc nếu quý vị thấy chúng là các tác nhân về thân, khẩu và ý gây hại cho người khác, thì hãy dừng lại việc nghĩ như thế bằng cách quán chiếu về cách nào mà điều này trước đây đem lại cho quý vị sự gây hại vô lường và cách nào mà quý vị vẫn mắc lỗi lầm trong khuôn khổ sự trình hiện hữu ích của nó, vốn là sai lạc. Nếu quý vị bị kiểm soát bởi cách nghĩ sai lầm này, nó sẽ chỉ tạo ra những khổ đau không thể chịu đựng nổi. *Nhập Bồ-đề Hành Luận* có viết:[1]

> Khi ngươi [yêu chính bản thân mình] tàn phá ta trước kia,
> Đó là một lần nữa.
> Bây giờ, ta nhận ra ngươi; ngươi sẽ đi đâu?
> Xua tan ý tưởng,
> "Ta vẫn có phúc lợi riêng mình".
> Ta đã bán ngươi [tâm ta] cho kẻ khác.
> Đừng chán nản, hãy cho đi năng lượng của ngươi.
> Nếu ta trở nên bất cẩn
> Và không đem ngươi cho chúng sinh
> Ngươi chắc chắn đem ta qua
> Với người giữ địa ngục.
> Bởi vậy ngươi đã cho ta
> Một thời gian dài khổ đau
> Giờ ta nhớ lại những hận thù
> Ta sẽ phá hủy ý tưởng ích kỷ của ngươi.

Tương tự vậy, khi quý vị quán chiếu nhiều lần về lợi ích của việc yêu thương người khác, quý vị sẽ tạo ra được sự tha thiết lớn lao từ sâu thẳm trong tim. Hãy dừng thái độ hiện tại không quan tâm đến người khác và giữ không để điều này khởi lên. Thông qua trìu mến coi người khác là đáng yêu nhiều như quý vị có thể, phát triển thái độ mà yêu thương người khác đến mức

[1] BA70 BCA: 8.169-172.

mà quý vị yêu thương bản thân trước kia – "Yêu thương người khác như quý vị làm với chính bản thân mình".[1]'

Để tạo ra được thái độ yêu thương chúng sinh theo cách này, quý vị cần nhớ về lòng tốt của họ hay nhận ra rằng họ giúp quý vị. Ví dụ một khi người nông dân thấy rằng, thông qua việc gieo trồng các hạt giống khỏe mạnh, họ sẽ thu hoạch một vụ mùa tốt tươi, họ sẽ đánh giá cao đất màu mỡ. [317] Giống như vậy, một khi quý vị chắc chắn rằng quý vị sẽ đạt được tất cả các hoàn thiện tạm thời và tối hậu thông việc gieo trồng các hạt giống bố thí, và vv... trên cánh đồng chúng sinh, quý vị sẽ yêu thương người khác. Hãy quán chiếu về điều này. *Nhập Bồ-đề Hành Luận* có viết:[2]

> Chúng sinh và các Như Lai là tương tự –
> Từ họ ngươi đạt những phẩm tánh Phật-đà
> Sao ngươi lại không kính trọng cả chúng sinh
> Như ngươi đã kính các đấng chiến thắng?

Liên quan đến điều này, việc giết hại chúng sinh dẫn quý vị xuống ba cõi khổ đau. Nếu quý vị cứu chúng sinh thoát chết, quý vị sẽ sinh về một cõi hạnh phúc và sống rất lâu ở đó. Tương tự như vậy, trộm cắp hay cho đi nguồn tài lực của quý vị, thù ghét hay vun bồi tình yêu thương và lòng bi mẫn, sẽ tạo ra những kết quả lần lượt là tái sinh vào những cõi khổ đau hay là những cõi hạnh phúc. Quán chiếu cụ thể rằng quý vị cần tập trung lên các chúng sinh như khi quý vị phát triển tâm giác ngộ, và bằng cách đạt được tâm Bồ-đề vì lợi ích của tất thảy chúng sinh, quý vị sẽ đạt đến Phật quả - vì thế điều này phụ thuộc vào chúng sinh. Hãy quán chiếu về việc làm cho bố thí, và các đức hạnh khác đến mức toàn thiện trong sự phụ thuộc vào chúng

---

[1]BA71 BCA: 8.136d.
[2]BA72 BCA: 6.113.

sinh như được dạy trong các chương về sự cần thiết làm cho chúng sinh hạnh phúc. *Bồ-đề Tâm Luận* của ngài Long Thọ có đoạn:[1]

> Những hậu quả mong và không mong muốn có –
> Một cuộc đời trong cõi phúc hay khổ trong giới Ta-bà
> Khởi lên qua các ích lợi và hiểm nguy
> Mà ngươi làm với cả thảy chúng sinh.
> Nếu ngươi đạt Phật quả vô song
> Trong sự phụ thuộc vào các chúng sinh,
> Sao lại ngạc nhiên rằng trong ba cõi
> Nguồn gốc của mọi chư thiên và người.
> Đều dựa vào Phạm Thiên, Đế Thích, Hắc Thiên
> Và các vị hộ pháp của cả thế gian
> Cũng đều phát khởi lên qua cách
> Chỉ giúp đỡ các chúng sinh?
> Tất cả mọi khổ đau
> Mà chúng sinh đang nếm trải
> Như súc sinh, quỷ đói, và địa ngục
> Đều đến từ sự làm hại chúng sinh.
> Các khổ đau của thiếu ăn
> Khát uống, bạo lực và tra tấn
> Vốn khó mà đảo ngược và cạn khô
> Là kết quả của làm hại chúng sinh. [318]

Mục đích của Thanh Văn thừa thì thấp hơn bởi vì họ không nhấn mạnh vào hạnh phúc của người khác, trong khi Phật đạt đến kết quả cuối cùng bởi vì ngài nhấn mạnh vào hạnh phúc của người khác. Người ta nói rằng khi quán chiếu theo nguyên tắc

---

[1]BA73 *Bodhicitta-vivaraṇa*: 77-80, Lindtner 1986: 206-208; D1801: Nya 41a5-b1.

này, quý vị không nên ngay cả tham chấp vào phúc lợi riêng của bản thân dù chỉ trong một chốc lát. *Bồ-đề Tâm Luận* có viết:[1]

> Với những nỗ lực xua tan như một liều thuốc độc
> Việc thiếu đi quan tâm đến chúng sinh của ngươi
> Phải chăng Thanh Văn không đạt được sự giác ngộ thấp hơn
> Bởi vì họ thiếu đi sự quan tâm?
>
> Bằng cách không từ bỏ chúng sinh
> Chư Phật toàn hảo đạt thành giác ngộ.
> Một khi các Bồ-tát xác minh các kết quả
> Khởi lên từ việc giúp đỡ và không giúp đỡ
> Làm sao các ngài có thể trong một chốc lát
> tham chấp vào hạnh phúc của bản thân?

Bởi vậy, sau khi các đứa con của các đấng chiến thắng hiểu rằng hoàn toàn tập trung đến lợi ích tha nhân và mục đích của giác ngộ khởi lên từ cây mầm của Bồ-đề tâm, và sau khi các ngài đã thấy gốc rễ của nó là lòng từ bi, thì các ngài sẽ chỉ tập trung nhiều vào việc vun bồi lòng từ bi này. Các ngài trở nên có duyên đầy đủ với nó sao cho lòng từ bi và tâm Bồ-đề của các ngài trở nên vững chắc. Do đó, các ngài không thể giúp ngoại trừ việc tiến hành các hoạt động đòi hỏi khó khăn thử thách lớn lao. *Bồ-đề Tâm Luận* cũng viết:[2]

> Kết quả của giác ngộ chỉ vì lợi ích tha nhân
> Lớn lên từ mầm non của tâm giác ngộ
> Đều có nền tảng là lòng từ bi vững chắc
> Đây là việc chư Bồ-tát luôn vun bồi
> Người ổn định điều này qua việc tạo duyên
> Dù ban đầu sợ hãi bởi khổ đau của người khác

---

[1]BA74 Ibid: 82cd-84, Lindtner 1986: 208; D1801: Nya 41b1-3.
[2]BA75 Ibid: 85-87ab, Lindtner 1986: 208-210; D1801: Nya 41b3-4.

Sau đó bỏ cả hạnh phúc của hỷ lạc trong thiền định
Và nhập vào Địa ngục Vô Gián.
Thật là ngạc nhiên! Thật đáng tán dương!
Đó là con đường tối cao của các chúng sinh siêu việt.

Bây giờ hãy phát triển sự chắc chắn về những phương pháp này qua giá trị về các câu nói của các đấng siêu việt, như sau:

Ngài Atiśa nói rằng: “Tây tạng nhận biết ‘các vị Bồ-tát’ nào mà không biết cách rèn luyện trong tình yêu thương và lòng bi mẫn”. Một người hỏi: “Vậy thì làm sao mà các vị Bồ-tát thực hành?” Ngài đáp, “Họ phải rèn luyện theo từng giai đoạn ngay từ đầu”. [319]

Lang-ri-tang-ba (Glang-ri-thang-pa) nói: “Sha-bo-ba (Shva-bo-pa) và ta có mười tám kỹ năng thuộc về con người và một kỹ năng về con ngựa, tổng cộng là mười chín.[1] Các kỹ năng của con người chỉ đơn giản là phát triển tâm Bồ-đề cao nhất và sau đó học để làm bất cứ điều gì vì lợi ích của chúng sinh. Kỹ năng về con ngựa là: bởi vì yêu thương chính bản thân mình sẽ làm cho tinh thần giác ngộ không thể khởi lên, làm mất ổn định tâm Bồ-đề đã phát khởi và ngăn cản sự tăng trưởng của nó, hãy rèn luyện bằng cách tránh xa việc yêu thương bản thân và làm điều gì quý vị có thể để gây hại cho tâm Bồ-đề đó. Yêu thương chúng sinh và làm bất cứ điều gì quý vị có thể để giúp đỡ họ”.

---

[1] BA76 Ngag-dbang-rab-brtan (mChan: 612.3-5) giải thích rằng các kỹ năng của con người là để duy trì bạn bè, còn của con ngựa là để vượt qua kẻ thù. Mười tám điều không cần được liệt kê bởi vì nguyên nhân của tinh thần giác ngộ là chúng sinh – tức bạn bè của chúng ta – và vì thế mười tám điều ám chỉ đến chúng rất nhiều hay bao quát. Ngụ ý của kỹ năng của con ngựa ý nói kẻ thù của chúng ta chỉ có một – tức là việc tự yêu thương bản thân.

Nal-jor-ba-chen-po (rNal-'byor-pa-chen-po) đã giải thích cho Geshe Drom-don-pa rằng ngài đã có điều này và rằng việc định từ thiền mà ở đó năng lượng cân bằng thẩm thấu, và vv.... Geshe đáp rằng, "Thậm chí nếu ngươi đã thiền định bị phân tâm bởi tiếng trống lớn bên tai, nếu ngươi không có tình yêu thương, lòng từ bi và tâm giác ngộ, ngươi sẽ sinh vào một nơi mà để tránh nơi đó ngươi phải sám hối ngày đêm". Drom-don-pa nghĩ rằng Nal-jor-ba-chen-po đang xúc tiến để khiến tái sinh trong một trạng thái không có sự nhàn nhã, như là tái sinh làm một chúng sinh bình phàm trong cõi vô sắc hay tương tự.

Kam-lung-pa (Kham-lung-ba) nói rằng, "Thông qua việc không ưa thích chúng sinh của chúng ta, tức là điều quan trọng nhất, thì chúng sinh sẽ làm tương tự [ví dụ, không mang đến những ích lợi của các đức hạnh] lên chúng ta".

Dù quý vị có cấy trồng các cội rễ của Đại thừa hay không, dù quý vị có bước chân vào Đại thừa một cách chân thành hay không, tất cả đều dựa trên những điều này [tình yêu thương, lòng từ bi, chăm nom người khác và những điều như thế]. Bởi vậy, hãy luôn xem xét rằng quý vị nên làm gì để phát triển chúng. Thật là tuyệt vời nếu quý vị có phát triển chúng; nếu không, đừng để ở nguyên như vậy. Luôn nương tựa vào vị thầy, người ban loại chỉ dạy này. Luôn liên kết với bạn bè người đang rèn luyện tâm theo cách này. Thường xuyên đọc các kinh điển và các luận giải miêu tả chúng. Tích lũy những nguyên nhân cho những điều này. Dọn sạch những chướng ngại ngăn cản điều này. Hơn thế nữa, nếu quý vị rèn luyện tâm theo cách này, quý vị chắc chắn sẽ đạt được tất cả các hạt giống cho việc phát triển các điều này, bởi vậy công việc là không quá lớn lao; hãy hoan hỷ trong nó. Đức Trưởng Lão [Atiśa] nói rằng:[1]

[1] BA77 *Mahāyāna-patha-sādhana-varṇa-saṃgraha*, D3964: Khi 300a6-7.

Ai mong muốn bước vào cánh cửa các giáo pháp Đại thừa
Nên phát triển thông qua nỗ lực vượt các đại kiếp
Tinh thần giác ngộ, tựa như mặt trời xua tan bóng tối
Và mặt trăng làm dịu sự dày vò của sức nóng. [320]

iii) Phương pháp tạo ra tâm giác ngộ[1]

Hãy hiểu phương pháp tạo ra tâm giác ngộ như đã giải thích trước đây.[2]

---

[1]BA78 Đầu đề này không được lặp lại trong bản văn tiếng Tạng ở đây, (LRCM: 320) nhưng được thêm vào vì sự nhất quán. Nó đã được đưa ra trước đây tại LRCM: 289.8.

[2]BA79 LRCM: 308.

Chương 5: Lễ Phát Tâm Bồ-đề

iv) Làm sao để tạo ra Bồ-đề tâm thông qua các nghi lễ
- a' Đạt đến điều mà quý vị chưa đạt được
  - 1' Người mà trước người đó quý vị phát khởi Bồ-đề tâm
  - 2' Những cá nhân khởi tạo ra tâm giác ngộ
  - 3' Làm sao để tham gia vào một nghi lễ phát Bồ-đề tâm
    - a'' Sự chuẩn bị cho nghi lễ
      - 1'' Tiến hành các thực hành đặc biệt để quy y
        - (a) Sau khi đã trang hoàng nơi tổ chức lễ và thiết lập các vật biểu tượng của Tam Bảo, sắp xếp vật cúng dường
        - (b) Thỉnh cầu và quy y
        - (c) Bắt đầu giới nguyện quy y
      - 2'' Tích tập công đức
      - 3'' Thanh tịnh thái độ
    - b'' Nghi lễ chính thức
    - c'' Phần kết thúc của nghi lễ

ॐ

iv) Làm sao để phát khởi Bồ-đề tâm thông qua các nghi lễ

Đức Trưởng Lão dạy rằng:[1]

> Những ai mong muốn rèn luyện sau khi đã phát khởi Bồ-đề tâm
> Hãy vun bồi với sự nỗ lực trong thời gian dài
> Bốn nền tảng của Phạm Thiên – tình yêu và những điều tương tự.[2]

---

[1]BA80 *Mahāyāna-patha-sādhana-varṇa-saṃgraha*, {*Đại Thừa Đạo Thành Tựu Pháp Hạng Tập*} D3954: Khi 300a7.

[2]BA81 Bốn nền tảng cơ bản của Phạm Thiên (tsangs pa'i gnas; brahmā-vihāra) là tứ vô lượng tâm từ, bi, hỷ và xả.

Bởi đó họ xua tan mọi bám chấp và tị hiềm
Và phát khởi tâm giác ngộ qua lễ nghi chân chính.

Một khi quý vị đã rèn luyện tâm mình theo cách này và có một sự chắc chắn về việc phát triển Bồ-đề tâm, hãy tham gia vào một buổi lễ để phát khởi nó.

Sự giải thích việc làm sao có thể khởi sinh tâm giác ngộ thông qua một buổi lễ gồm có ba phần:

1. Đạt được cái mà quý vị chưa đạt được
2. Duy trì và không làm suy giảm điều quý vị đã thành tựu (chương 6)
3. Phương pháp để sửa chữa Bồ-đề tâm nếu quý vị làm nó suy giảm (chương 6)

a' Đạt đến điều mà quý vị chưa đạt được

Đạt được Bồ-đề tâm thứ mà quý vị chưa hề đạt được gồm có ba phần:

1. Người mà trước người đó quý vị phát khởi Bồ-đề tâm
2. Những người phát khởi tâm giác ngộ
3. Làm sao để tham gia vào một nghi lễ phát khởi Bồ-đề tâm

1' Người mà trước người đó quý vị khởi phát khởi Bồ-đề tâm

Riêng một lời dạy trong *Đạo Sư Sở Tác Thứ Đệ* (*Guru-kriyā-krama*)[1] có đoạn, người mà trước mặt người đó quý vị phát khởi Bồ-đề tâm nên là "một bậc đạo sư có đủ phẩm chất", đức Trưởng Lão đã không giải thích gì thêm. Các vị thầy trước đó từng khẳng định người mà trước mặt người đó quý vị phát tâm giác ngộ chỉ có Bồ-đề tâm nguyện và duy trì giới của Bồ-đề tâm nguyện đó là chưa đủ, mà người ấy phải có các giới về Bồ-đề tâm hành. Điều này phù hợp với Jetāri, người từng nói rằng,

[1]BA82 *Guru-kriyā-krama* {nghĩa là Các Giai Tầng Hoạt Dụng của Thiện Xảo Sư}, D3977: Gi 256b2.

"Sau khi quý vị đã đến trước một vị thầy người mà có giới nguyện Bồ-tát …"[1]. *Thập Giáo Pháp Kinh* (*Daśa-dharmaka-sūtra*) có đề cập[2] đến các vị Thanh Văn trong khuôn khổ của việc phát Bồ-đề tâm sau khi người khác đã khích lệ vài người phát khởi Bồ-đề tâm đó. Điều này được kể ra ám chỉ đến những cá nhân được khích lệ bởi những người khác để phát khởi Bồ-đề tâm sau khi các vị Thanh Văn đã khuyến khích và phát khởi trong họ một ý tưởng về sự tỉnh ngộ với luân hồi. Các vị Thanh Văn không hề tiến hành nghi lễ.

2' Những người phát khởi Bồ-đề tâm

Nói chung, như ngài Jetāri nói,[3] những người phát khởi Bồ-đề tâm là những "đứa con của một dòng truyền thừa tuyệt hảo, những người rất tốt về thân và tâm". Bởi vậy, tất cả chư thiên, long, và vv..., những người mà tinh thần và thể chất phù hợp với việc khởi lên Bồ-đề tâm nguyện là người thích hợp để phát khởi Bồ-đề tâm. Tuy nhiên, *Bồ-đề Đạo Đăng Luận* (*Bohdi-mārga-pradīpa-pañjikā*) nói rằng, tại điểm này[4], "Họ [những người phát khởi tâm giác ngộ] chán ngán luân hồi, không quên về cái chết và có đại bi và đại trí". Bởi vậy, những người phát khởi Bồ-đề tâm đã rèn luyện tâm mình trong các giai đoạn của đạo pháp như đã giải thích trước đây[5] và vì thế đạt được các kinh nghiệm chuyển hóa liên quan đến Bồ-đề tâm. [321]

3' Cách thức để tham gia vào một nghi lễ phát khởi Bồ-đề tâm

---

[1]BA83 *Bodhicittotpāda-samādāna-vidhi* (nghĩa là Nghi lễ phát tâm Bồ-đề), D3968: Gi 242a1.

[2]BA84 *Ārya-daśa-dharmaka-nāma-mahāyānā-sūtra*, {*Thập Pháp Đại Thừa Kinh*} D53: Kha 168a4-5; cf. Bk1, Tucci 1958: 500; D3915: Ki 24a3-4.

[3]BA85 *Bodhicittotpāda-samādāna-vidhi*, D3968: Gi 241b7-242a1.

[4]BA86 *Bodhi-mārga-pradīpa-pañjikā*, D3948: Khi 247a5-6.

[5]BA87 LRCM: 292-320.

Việc giải thích làm sao để tham gia vào một nghi lễ phát khởi Bồ-đề tâm gồm có ba phần:

1. Sự chuẩn bị cho nghi lễ
2. Nghi lễ chính thức
3. Phần kết thúc của nghi lễ

a'' Sự chuẩn bị cho nghi lễ

Sự chuẩn bị cho nghi lễ gồm có ba phần:

1. Tiến hành các thực hành đặc biệt cho việc quy y
2. Tích tập công đức
3. Thanh tịnh hóa thái độ

1'' Tiến hành các thực hành đặc biệt cho việc quy y

Tiến hành các thực hành đặc biệt cho việc quy y bao gồm có ba phần:

1. Sau khi đã trang hoàng nơi hành lễ và xếp đặt các vật biểu tượng của Tam Bảo, sắp xếp các vật phẩm cúng dường
2. Thỉnh cầu và quy y
3. Bắt đầu giới nguyện quy y

(a) Sau khi đã trang hoàng nơi hành lễ và xếp đặt các vật biểu tượng của Tam Bảo, sắp xếp các vật phẩm cúng dường

Hãy tạo thành một nơi trang nghiêm và thanh tịnh trong một vùng đất không có những chúng sinh tội lỗi, ở đó trải ra và xức lên khoảng đất bằng năm sản phẩm từ bò [nước tiểu, phân, bơ, sữa và sữa chua] cùng với thứ nước thơm của gỗ đàn hương, vv..., và rắc lên những cánh hoa thơm. Sắp xếp những chiếc ngai cao, ngai nhỏ, hay những chiếc bệ là những vật biểu tượng của Tam Bảo được đúc bởi kim loại hay các vật liệu khác, các bộ kinh văn và tương tự thế, và hình ảnh các vị Bồ-tát. Quý vị cũng hãy chuẩn bị các vật cúng dường như là lọng hay những thứ như thế, cũng như là hoa và vv...; và cũng sẵn sàng các dụng cụ âm nhạc, thức ăn và đồ trang trí. Sau đó, chuẩn bị một pháp tòa cho vị thầy và trang trí nó với bông hoa.

Các vị thầy trước kia từng nói rằng đầu tiên quý vị nên tích lũy công đức bằng cách kính trọng và phục vụ cộng đồng và bằng cách cúng dường bánh cho các tinh linh. Như trong *Hiền Kiếp Đại thừa Kinh* (*Bhadra-kalpika-sūtra*)[1], nếu quý vị không có đồ cúng dường, quý vị có thể đạt được thậm chí bởi việc cúng dường chỉ vài tua vải. Nhưng nếu quý vị có khả năng, quý vị phải phải tìm kiếm một cách tha thiết và không chút lừa dối và sắp xếp chúng theo cách mà bạn bè của quý vị sẽ thán phục. Khi một vài vị thầy Tây Tạng thỉnh cầu đức Trưởng Lão trao truyền nghi lễ để phát khởi tâm giác ngộ tại Samye (bSam-yas) và Mang-yul, ngài nói rằng họ sẽ không phát khởi nó bởi vì họ đã cúng dường thấp kém. Ngài cũng nói thêm rằng với sự kính trọng các biểu tượng, quý vị dứt khoát phải có hình ảnh linh thiêng của đức Thích-ca Mâu-ni Phật, vị sáng lập của giáo pháp, và với sự tôn kính các bộ kinh văn, quý vị nên có một *Bát-nhã Ba-la-mật-đa Kinh* lớn bằng hay lớn hơn *Bảo Đức Bát Thiên Kệ* (*Ratna-guṇa-sañcaya-gāthā*). Sau khi quý vị đã làm điều này, như ngài giải thích trong *Đạo Sư Sở Tác Thứ Đệ* [2], quý vị sẽ mời một đoàn các chúng sinh tôn quý, tụng đọc ba lần *Pháp Vân Chân Ngôn* (*Dharma-megha-dhāraṇī*)[3], và tán thán họ. [322]

Sau đó, các đệ tử tắm rửa, mặc quần áo trang nghiêm và ngồi chắp tay thành kính. Đạo sư khuyến khích đệ tử khởi lên một cách chí thành niềm tin rõ rệt vào những phẩm tánh tốt đẹp của trần cảnh để tích lũy công đức và trí tuệ tối thượng, bảo họ quán

---

[1]BA88 *Ārya-bhadra-kalpika-nāma-mahāyāna-sūtra*, {*Bát-nhã Ba-la-mật-đa Bảo Đức Bát Thiên Kệ*} D94: Ka 288b7, trích dẫn trong *śikṣā-samuccaya*, Vaidya 1961b: 8; D3940: Khi 7b1.

[2]BA89 *Guru-kriyā-krama*, D3977: Gi 256b3-4.

[3]BA90 Oṃ namo bhagavate vajra-sāra-pramardaṇe tathāgatāya, arhatye samyak-saṃbuddhāya, tadyathā, oṃ vajre vajre, mahā-vajre, mahā-teja-vajre, mahā-vidya-vajre, mahā-bodhi-citta-vajre, mahā-bodhi-maṇḍopa-saṃkramaṇa-vajre sarva-karmāvaraṇa-visodhana-vajre svāha.

tưởng rằng họ đang ngồi trước mặt chư Phật và Bồ-tát, và sau đó yêu cầu họ hãy thực hành cầu nguyện bảy chi cúng dường một cách chậm rãi[1].

Hầu hết các học giả Tây Tạng trước kia[2] nói rằng khi quý vị phát khởi Bồ-đề tâm với dòng truyền thừa được trao truyền từ ngài Long Thọ và ngài Tịch Thiên, quý vị thực hành cầu nguyện bảy chi, và rằng khi quý vị phát khởi nó theo dòng truyền thừa của đức Di-lặc và ngài Vô Trước, quý vị chỉ thực hành hai – tỏ lòng tôn kính và cúng dường. Hơn nữa, trong trường hợp sau, các ngài nói rằng, nếu quý vị thực hành sám hối tội lỗi, quý vị cần phải cảm thấy ăn năn, và vì vậy quý vị sẽ không hạnh phúc; tâm giác ngộ cần phải được phát khởi trong tâm mà có sự hoan hỷ và vui mừng".

Luận điểm này là không chính xác. Về các nghi lễ của Bồ-đề tâm và các giới luật, đức Trưởng Lão nói rằng[3], "tôn kính, nghi lễ cúng dường và vv...", bao gồm năm nhánh khác của sự cầu nguyện trong cụm từ "vv...." Ngài nói một cách rõ ràng trong *Đạo Sư Sở Tác Thứ Đệ*[4] rằng quý vị nên thực hành bảy nhánh trước khi quý vị phát khởi Bồ-đề tâm. Hơn thế nữa, nếu quý vị chấp nhận lý lẽ này [liên quan đến sự sám hối] trong luận điểm

---

[1]BA91 'Jam-dbyangs-bzhad-pa (mChan: 617.1) nói rằng các bản khác nhau của cầu nguyện bảy chi là đến từ *Phổ Hiền Hạnh Bồ Tát Nguyện* (*Samantabhadra-caryā-praṇidhāna*). Với những bản này, hãy xem LRCM: 56-59; *Đại Luận* quyển 1: 94-98. {Xem thêm chú thích chi tiết về Bảy Chi Cúng Dường trong chương 3 quyển 2}.

[2]BA92 Về tri kiến của Sakya Pandita (Sa-skya Pandi-ta), xem Rhoton 2002: 82-83, 91-92,chú thích 2. Khangkar 2001: 38 trích dẫn bsTan rim chen mo (Ấn Bản Lhasa): 205b4-206a3.

[3]BA93 *Cittotpāda-saṃvara-vidhi-krama* (*Tâm Giác Giới Phát Thứ Đệ* {tức là Thủ tục nghi lễ phát Bồ-đề tâm và Bồ-tát giới}), D3960: Gi 254a4.

[4]BA94 *Guru-kriyā-krama*, D3977: Gi 256b3-5.

nêu trên, thì quý vị phải chấp nhận rằng tâm giác ngộ không được phát khởi trong hệ thống của ngài Long Thọ và ngài Tịch Thiên.

(b) Thỉnh cầu và quy y

Bởi vì người ta nói rằng[1] quý vị nên có ý tưởng rằng đạo sư của quý vị là Tôn Sư [đức Phật], cúi đầu đảnh lễ đạo sư với sự tin tưởng rằng ngài là đức Phật, sau đó cúng dường maṇḍala và các vật phẩm khác. Với đầu gối phải chạm đất, chắp tay cung kính và thỉnh cầu Bồ-đề tâm, tụng đọc những lời sau đây ba lần[2]:

> Như các vị Phật toàn hảo trước đây, các Như Lai và các bậc A-la-hán, các đại Bồ-tát ở các mức cao khởi lên Bồ-đề tâm hoàn hảo và vô song từ đầu, Ôi Đạo sư, xin hãy giúp con, (nói tên quý vị) phát khởi Bồ-đề tâm hoàn hảo vô song đó.

Sau đó, hãy tiến hành thực hành quy y cụ thể với hoàn cảnh này. Đối tượng của sự quy y là các đức Phật *Thế Tôn*, giáo Pháp chính là chân lý về đạo pháp nhấn mạnh các sự diệt độ Đại thừa[3]; và cộng đồng các vị Bồ-tát cao quý {tăng-già}, những người sẽ không thể bị đọa. [323] Nói chung hãy nghĩ về các ngài như sau: "Từ nay cho đến khi con đạt đến trung tâm của giác ngộ, và để bảo vệ chúng sinh, xin khẩn cầu chư Phật hãy là các vị thầy quy y cho con, xin khẩn cầu giáo Pháp hãy là nơi nương tựa thực sự của con; và khẩn cầu Tăng chúng, xin hãy giúp con có được nơi nương tựa". Sau đó hãy suy nghĩ cụ thể như sau: vì

---

[1]BA95 *Daśa-cakra-kṣitigarbha-nāma-mahāyānā-sūtra*, {*Thập Luân Địa Tạng Đại Thừa Kinh*} P905: 96.3.6-7, trích dẫn tại LRCM: 43.18; Đại luận quyển 1: 81.

[2]BA96 *Cittotpāda-saṃvara-vidhi*, {*Tâm Giác Phát Giới*} D3969: Gi 245a5-6.

[3]Diệt độ ở đây là chân lý thứ 3 trong Tứ Diệu Đế: Diệt Đế. Ở đây, có nhấn mạnh thêm tính từ "Đại thừa".

trong *Bồ-đề Đạo Đăng* (*Bodhi-patha-pradīpa*) nói rằng[1], "Với ý nghĩ không lay chuyển …", hãy khao khát mãnh liệt, "Tôi sẽ không bao giờ quay lưng lại với cách nghĩ như thế về quy y", và quy y bằng cách như đã giải thích ở trên [đầu gối chạm đất, tay chắp lại]. Hãy tụng đọc những dòng sau đây ba lần[2]:

> "Ôi Đạo sư, xin lắng nghe con. Con, (nói tên của quý vị), từ nay cho đến ngày giác ngộ nguyện quy y theo các vị Như Lai Phật tối thượng giữa muôn loài. Ôi Đạo sư, xin lắng nghe những lời của con. Con, (nói tên của quý vị) từ nay cho đến ngày giác ngộ, nguyện quy y chánh Pháp tối hảo, giáo Pháp an bình thoát khỏi mọi bám chấp. Ôi Đạo sư, xin lắng nghe những lời của con. Con, (nói tên của quý vị), từ nay cho đến ngày giác ngộ, nguyện quy y nơi tăng đoàn vĩ đại, với các thành viên của chư Bồ-tát cao quý, những người không thể lay chuyển".

Mặc dù có yêu cầu cho việc quy y từng đối tượng trong Tam Bảo và một lời lẽ ít dùng cho việc quy y trong giáo Pháp, tôi đã biên soạn nghi lễ chính xác như ngài Atiśa đã biên soạn.

(c) Bắt đầu giới nguyện quy y

Đạo sư ở đây cần cung cấp các điều giới đã được giải thích trước kia[3] trong hoàn cảnh các giáo Pháp cho người hạ căn.

2'' Tích tập công đức

Về nghi lễ phát khởi tâm giác ngộ, ngài Atiśa có giải thích[4] rằng tại điểm này quý vị cũng tỏ lòng tôn kính, cúng dường và vv... [324] Theo *Bồ-đề Đạo Đăng Luận* ở đoạn nói rằng quý vị cần

---

[1]BA97 *Bodhi-patha-pradipa*, D3947: Khi 238b4.
[2]BA98 *Cittotpāda-saṃvara-vidhi*, D3969: Gi 245a7-b2.
[3]BA99 LRCM: 304.18-309.20.
[4]BA100 *Cittotpāda-saṃvara-vidhi*, D3969: Gi 245b2-4.

tiến hành cầu nguyện bảy chi, gợi lại trong tâm tất cả các vị Phật, Bồ-tát, các vị thầy trước kia và hiện tại của quý vị. Hãy hiểu rằng việc cúng dường đến chư đạo sư cũng nên được thực hiện vào lúc mà quý vị thực hành các cúng dường trước đó[1]. Thực hành bảy chi cầu nguyện bằng cách theo các bản văn về *Phổ Hiền Hạnh Bồ-tát Nguyện* (*Samantabhadra-caryā-praṇidhāna*) hay *Nhập Bồ-đề Hành Luận*[2].

3'' Thanh tịnh thái độ của mình

Bởi vì trong *Bồ-đề Đạo Đăng Luận*, ngài Atiśa nói rằng[3] đầu tiên quý vị nên cảm thấy tình yêu thương trong con tim mình và sau đó khởi Bồ-đề tâm bằng việc nhìn những chúng sinh khổ đau, ghi khắc một cách rõ ràng trong tâm thức các đối tượng và khía cạnh chủ quan của tình yêu thương và lòng bi mẫn như đã giải thích trước đây[4].

b'' Nghi lễ chính thức

Trước vị đạo sư, quý vị nên quỳ gối chạm đất hay ngồi xếp bằng chắp tay thành kính, phát khởi Bồ-đề tâm. Liên quan đến vấn đề này, *Bồ-đề Đạo Đăng Luận* có nói[5]

> Phát triển tâm giác ngộ
> Là hứa nguyện không thể chuyển dời.

Và *Tâm Giác Giới Phát Thứ Đệ* (*Cittotpāda-saṃvara-vidhi-krama*) nói rằng:[1] "… cho đến khi con đạt giác ngộ". Bởi vậy,

---

[1]BA101 RCM: 322.2-4.

[2]BA102 Các câu kệ có từ *Samantabhadra-caryā-praṇidhāna* (D44: A 358b7-359b2) trong LRCM: 56-59 (*Đại Luận* quyển 1: 94-98); BCA: 2.1-65, 3.1-21.

[3]BA103 *Bodhi-patha-pradīpa*, D3947: Khi 238b6.

[4]BA104 LRCM: 304.18-309.20.

[5]BA105 *Bodhi-patha-pradīpa*, D3947: Khi 238b6.

không phải là quý vị phát khởi được tâm giác ngộ bằng cách chỉ nghĩ rằng:“Tôi sẽ đạt Phật quả vì chúng sinh”. Thay vào đó, quý vị hãy tập trung vào ý nghĩ như vậy và hãy hứa nguyện: “Tôi sẽ không xa rời quyết tâm đạt đến Phật quả vì lợi ích của tất cả chúng sinh cho đến ngày tôi giác ngộ”. Bởi vậy hãy phát khởi thái độ này với hai khía cạnh trong sự phụ thuộc vào nghi lễ.

Đừng phát khởi thái độ này theo cách mà quý vị không đủ khả năng để học hỏi các điều giới của Bồ-đề tâm nguyện. Nếu người ta qua nghi lễ để phát khởi chỉ một ý nghĩ: “Tôi sẽ trở thành Phật vì tất cả chúng sinh”, thì nó sẽ thích hợp để trao nghi lễ cho mọi người, bất kể là có khả năng học hỏi hay không về các điều giới Bồ-đề tâm nguyện. Trong trường hợp của Bồ-đề tâm nguyện, hai cách để phát khởi Bồ-đề tâm – cho những người có khả năng học hỏi các điều giới và đi kèm với các hứa nguyện, và cho những người không có khả năng làm như vậy – là thích hợp, nhưng đến khi phát khởi Bồ-đề tâm hành thông qua các nghi lễ, thì sẽ hoàn toàn sai nếu trao cho người không có khả năng học hỏi các điều giới này. Bởi vậy, một vài người[2] đã hiểu sai hoàn toàn khi họ khẳng định sự phân biệt rằng trong dòng truyền thừa của ngài Long Thọ thì sẽ thích hợp nếu trao truyền các Bồ-tát giới trong nhiều nghi lễ mà ngược lại sẽ không thích hợp nếu làm vậy trong dòng truyền thừa của ngài Vô Trước. Hơn thế nữa, một vài người nói rằng khi những người mới bắt đầu đang thực hành, họ nên lặp lại nhiều lần việc phát khởi tâm Bồ-đề tâm hành thông qua các nghi lễ. Tuy nhiên, vì những người mới bắt đầu lại không hiểu biết các giới nói chung và những vi phạm cơ bản nói riêng, họ không thể giải thích những chi tiết cụ thể về điều gì nên được làm, và đặt chúng trong tình thế gây nguy hại. [325]

---

[1]BA106 *Cittotpāda-saṃvara-vidhi*, D3969: Gi 245b6. Cũng được trích dẫn bên dưới.

[2]BA107 Cf. Rhoton 2002: 82, bản 13.

Ngài Liên Hoa Giới trong *Giai Trình Thiền*, trích dẫn *Gián Vương Kinh* (*Rājavavādaka –sūtra*), nói rằng nếu quý vị không đủ khả năng học hỏi các giới về bố thí, vv..., quý vị vẫn đạt được rất nhiều công đức thậm chí trong chỉ việc sinh ra Bồ-đề tâm, và sau đó nói rằng[1]:

> Thậm chí những người không thể học hoàn toàn các Ba-la-mật-đa nên khởi Bồ-đề tâm để thấm nhuần phương tiện, bởi vì có kết quả lớn lao.

Nên rõ ràng rằng trong khi thật chính xác để trao các nghi lễ của việc phát khởi tâm giác ngộ cho những ai không thể tu học các giới của sự bố thí, vv..., thì hoàn toàn sai lầm nếu trao cho họ các giới của Bồ-tát.

Nghi lễ cho việc phát khởi Bồ-đề tâm như sau. Hãy tụng những lời sau ba lần[2]:

> Chư Phật và Bồ-tát ngự trong mười phương, xin hãy lắng nghe con. Ôi Đạo sư, xin hãy lắng nghe con. Bằng phương tiện về các nguồn gốc đức hạnh của con trong bản tánh sự bố thí, trì giới hay thiền định – điều mà con, (nói tên của quý vị), trong đời này và tất cả kiếp khác, đã nuôi dưỡng và khiến cho người khác vun bồi, hay hoan hỷ trong việc trao dồi –con, (nói tên của quý vị) sẽ phát khởi đại Bồ-đề tâm vô song, toàn hảo từ nay cho đến ngày đạt đến trái tim của giác ngộ, như mọi vị Phật toàn thiện trước kia, các bậc A-la-hán và các đấng Thiện Thệ, và chư vị đại Bồ-tát thuộc các địa cao đã phát khởi Bồ-đề tâm vô song hoàn hảo. Con sẽ giải

---

[1]BA108 Bk1, Tucci 1958: 500; D3915: Ki 24a7, trích *Ārya-rājāvavādaka-nāma-mahāyāna-sūtra*. {*Gián Vương Đại Thừa Kinh*}.
[2]BA109 *Cittotpāda-saṃvara-vidhi*, D3639: Gi 245b4-246a1.

> thoát tất cả chúng sinh vốn chưa được giải thoát. Con sẽ phóng thích cho mọi chúng sinh chưa được phóng thích. Con sẽ an tâm những người chưa được an tâm. [326] Con sẽ khiến những người chưa đạt đến Niết-bàn đạt được nó.

Mặc dù nó không được nói rõ rằng quý vị phải lặp lại những lời này trước vị thầy trong cả phần này và phần quy y của nghi lễ, quý vị cần phải làm như vậy.

Những chỉ dẫn này là thủ tục để theo khi một vị đạo sư hiện diện. Về việc tiến hành mà không có đạo sư, trong *Giác Giới Phát Thứ Đệ* Trưởng Lão nói rằng[1]:

> Mặc dù không có đạo sư, vẫn có một nghi lễ để phát triển Bồ-đề tâm cho mọi người tự làm theo. Tưởng tượng đức Phật Thích-ca Mâu-ni và các đấng Thiện thệ trong mười phương, hãy tỏ lòng tôn kính và nghi lễ cúng dường, vv..., sau đó theo các tiến trình quy y tương tự như trước, bỏ đi từ "đạo sư" và thỉnh nguyện đạo sư.

c'' Kết thúc nghi lễ

Đạo sư nói cho đệ tử các điều giới Bồ-đề tâm nguyện.

---

[1]BA110 Ibid: 246a1-2.

Chương 6: Nuôi Dưỡng Bồ-đề Tâm

b’ Duy trì và không làm suy yếu những gì quý vị đã đạt được
1’ Việc rèn luyện giới luật khiến quý vị không làm suy yếu tâm giác ngộ trong đời này
a’’ Việc rèn luyện giới luật để nhớ lại những lợi ích của Bồ-đề tâm
nhằm tăng sức mạnh sự nhiệt tình của quý vị cho nó
b’’ Việc rèn luyện giới luật để phát khởi tâm giác ngộ sáu lần mỗi ngày nhằm tăng cường Bồ-đề tâm thực sự
1’’ Kiên cường phát triển Bồ-đề tâm nguyện
2’’ Rèn luyện nâng cao Bồ-đề tâm nguyện
c’’ Rèn luyện giới luật để không có ý từ bỏ chúng sinh, mà là vì lợi ích của họ, quý vị phát triển tâm giác ngộ
d’’ Việc rèn luyện giới luật để tích lũy các tư lương công đức và trí tuệ siêu phàm
2’ Rèn luyện giới luật khiến cho quý vị cũng không bị tách rời với tâm giác ngộ trong kiếp sống tương lai
a’’ Tu tập trong giới luật để loại bỏ bốn hành vi đen tối vốn làm suy yếu tâm giác ngộ
b’’ Rèn luyện giới luật để áp dụng bốn thực hành trong sáng giữ cho tâm giác ngộ khỏi suy yếu
c’ Phương pháp tu sửa Bồ-đề tâm nếu quý vị làm suy yếu nó

b 'Duy trì và không làm suy yếu những gì quý vị đã đạt được

Quý vị cần phải biết các giới luật, vì vậy tôi sẽ giải thích chúng. Điều này có hai phần:

1. Việc rèn luyện giới luật khiến quý vị không làm suy yếu Bồ-đề tâm trong đời này
2. Rèn luyện giới luật khiến cho quý vị cũng không bị tách rời với tâm giác ngộ trong kiếp sống tương lai

1’ Rèn luyện giới luật khiến quý vị không làm suy yếu Bồ-đề tâm trong đời này

Việc rèn luyện giới làm cho quý vị không làm suy yếu tâm giác ngộ trong đời này có bốn phần:

1. Việc rèn luyện giới luật để nhớ lại những lợi ích của tâm giác ngộ nhằm làm tăng sức mạnh của sự nhiệt tình của quý vị cho tâm đó
2. Việc rèn luyện giới luật để phát khởi tâm giác ngộ sáu lần mỗi ngày nhằm tăng cường Bồ-đề tâm thực sự
3. Việc rèn luyện giới luật không phải là để từ bỏ chúng sinh một cách tinh thần mà vì lợi ích phát triển tâm giác ngộ
4. Việc rèn luyện giới luật để tích lũy các tư lương công đức và trí tuệ siêu phàm

a’’ Việc rèn luyện giới luật để nhớ lại những lợi ích của tâm giác ngộ nhằm làm tăng sức mạnh của sự nhiệt tình của quý vị cho tinh thần đó

Hãy nghĩ đến những lợi ích của tâm giác ngộ, sau khi quý vị đã hoặc nghiên cứu chúng trong các kinh điển hoặc lắng nghe chúng từ đạo sư của mình. Chúng được giải thích chi tiết trong các *Phẩm Hoa Nghiêm*, nên hãy xem xét từ đó.[1] Như đã nêu trên[2] văn bản này cho biết: “tâm giác ngộ giống như hạt giống của tất cả các phẩm chất Phật”, và kinh cũng khẳng định: “tâm giác ngộ tựa như một bản tổng kết bởi vì nó bao gồm tất cả các Bồ-tát hành và những nguyện ước”. [327] Đó là một “tổng kết” theo ý nghĩa rằng tất cả mọi việc được biên dịch thành một chỉ dẫn ngắn gọn, mặc dù có vô tận các giải thích chi tiết về các phần. Giống như một tổng kết của các bộ phận này, được cho là một tóm tắt trong đó đem đến tập hợp các điểm mấu chốt của tất cả các Bồ-tát đạo.

---

[1]BA111 Gaṇḍa-vyūha, D44: Ka 309a3-325a3.
[2]BA112 LRCM: 285.15.

Những lợi ích được đề cập trong các *Bồ-tát Địa*[1] là những điều về Bồ-đề tâm nguyện. Bộ luận đó dạy hai lợi ích cho thế hệ ổn định đầu tiên của Bồ-đề tâm: trở thành một miền đất tinh khiết để tích lũy công đức và nhận đầy đủ công đức hộ vệ.

Lợi ích đầu tiên, việc trở thành một miền đất tinh khiết để tích lũy công đức, là như sau. Như *Nhập Bồ-đề Hành Luận* dạy: "và được tôn kính trong thiên giới và nhân giới",[2] quý vị trở thành một đối tượng tôn thờ cho tất cả chúng sinh lập tức sau khi quý vị đã phát triển Bồ-đề tâm. Ứng theo với tuyên thuyết rằng ngay sau khi phát triển tâm giác ngộ, quý vị vượt qua tất cả các đại A-la-hán trong dòng truyền thừa của mình, quý vị trở nên cao cấp và cao nhất. Ngay cả khi quý vị thực hiện một hành động nhỏ có công đức, nó mang lại cho các hậu quả vô lượng, vì vậy quý vị là một miền đất cho việc tích lũy công đức. "Như tất cả các thế giới phụ thuộc vào ngươi, ngươi cũng giống như địa tạng {đất}". Vì vậy, quý vị giống như một người cha cho tất cả chúng sinh.
Lợi ích thứ hai, việc nhận đầy đủ công đức hộ vệ, là như sau. Khi quý vị luôn được bảo vệ thông qua đấng hộ pháp, vốn nhiều gấp hai lần số lượng của những người sống trong đất nước của Chuyển Luân Vương, quý vị có thể không bị tổn hại bởi Dạ-xoa {skt. yakṣa}[3] hoặc các thổ thần ngay cả khi quý vị đang ngủ, say

---

[1]BA113 Bbh, Wogihara 1971: 19; D4037: Wi lla7-bl.
[2]BA114 BCA: 1.9d. Ba dòng đầu tiên của bài kệ này có ở LRCM: 284.6
[3]Tên phiên âm là Dạ-xoa (chn. 夜叉). Dạ-xoa là chúng sinh, một trong *Bát bộ chúng* hay *Thiên Long bát bộ* được nhắc đến trong nhiều kinh Đại thừa với tên Phạn lần lượt là: (1) *Deva*: Thiên (trời, Phạm thiên), (2) *Nāga*: Long (rồng, rắn), (3) *Yakṣa*: Dạ-xoa, (4) *Gandharva*: Càn-thát-bà, (5) *Asura*: A-tu-la (thần), (6) *Garuḍa*: Ca-Lâu-La (chim thần trị rắn), (7) *Kinnara*: Khẩn-na-la (hương thực, nhạc sĩ cho chư thiên), (8) *Mahoraga*: Ma-Hầu–la-già (địa long). Tuy nhiên, Theo Phật giáo Tây Tạng, Dạ-xoa cũng là một trong 8 loại thần linh thế tục (skt. Lokapāla): (1) *māra* (tib. བདུད): ma vương, (2) *mātrika* (tib. མ་མོ): giác

rượu, hoặc bất cẩn. Các Mật và thần chú kiến thức vốn có thể chữa trị dịch bệnh, thương tích, và nhiễm trùng nhưng vốn không có hiệu quả trong tay của chúng sinh lại trở nên có hiệu quả khi một ai đó với một sự phát khởi ổn định của tâm giác ngộ sử dụng đến chúng. Tại sao lại đề cập đến mật chú hoạt hóa khi được sử dụng bởi các chúng sinh? *Bồ-tát Địa* dạy rằng khi tâm giác ngộ của quý vị ổn định, quý vị cũng có thể dễ dàng hoàn tất các tích lũy tư lương của các hành vi – an bình và vv...[1]. Vì vậy, nếu quý vị có điều này, quý vị cũng nhanh chóng hoàn thành các tri thức tinh thần thông thường. Bất cứ nơi nào quý vị đang ở, nơi đó sẽ phát sinh sự vô ngại {không sợ hãi}, không có đói kém và không gây thiệt hại cho các chúng sinh không phải là con người cũng như là quý vị sẽ dập tắt những việc như vậy đã xảy ra. [328] Ngoài ra, sau khi chết, quý vị sẽ có ít rắc rối, và quý vị sẽ được khỏe mạnh tự nhiên trong cuộc sống tiếp theo của mình; ngay cả khi một số tác hại phát sinh, nó sẽ không kéo dài hoặc trở nặng. Khi quý vị tham gia vào các phúc lợi của cuộc sống chúng sinh – như thí pháp, vv… – cơ thể của quý vị sẽ không cảm thấy mệt mỏi, quý vị sẽ không hay quên, cũng như tâm trí của quý vị sẽ không bị thoái hóa.

Nếu quý vị là một trong những người trì giữ trong truyền thừa Bồ-tát, tự nhiên quý vị ít có xu hướng rối loạn chức năng, một khi quý vị đã phát triển tâm giác ngộ, những khuynh hướng rối loạn chức năng của tâm và thân của quý vị là cực kỳ nhẹ. Quý vị kiên nhẫn và tế nhị, nên nếu một người nào đó làm hại quý vị, quý vị chịu đựng được và không gây hại trở lại. Nếu quý vị thấy người khác làm tổn thương nhau, quý vị rất không hài lòng. Quý

---

thể hung nộ dạng nữ, (3) *nāga* (tib. ཀླུ): long, (4) Tạng ngữ *ging* (tib. གིང): người hầu của heruka (một giác thể hung nộ), (5) *rāhula*, (tib. གཟའ་གཅན་འཛིན་): các linh tánh (6) Tạng ngữ *tsen* (tib. བཙན) các thần thể hung ác, (7) *rākṣasa* (སྲིན་པོ་): yêu tinh, (8) *Yakṣa* (གནོད་སྦྱིན): Dạ-xoa.

[1]BA115 Bốn loại hành vi đó là bình lặng, giảm nhẹ, tăng cường và bạo động.

vị ít khi giận dữ, ghen tuông, không gạt gẫm, che giấu, và vv…, nếu những ứng cảm đó phát sinh, chúng không mãnh liệt, không kéo dài, và nhanh chóng tan biến.
Thật khó khăn cho quý vị để được tái sinh trong các giới đau khổ, ngay cả khi quý vị được tái sinh ở đó, quý vị sẽ nhanh chóng được giải thoát. Ngay cả trong khi ở đó, đau khổ của quý vị sẽ được nhẹ và vì nó quý vị sẽ rất thất vọng về luân hồi và phát khởi lòng từ bi cho chúng sinh ở đó.
Nếu công đức của Bồ-đề tâm đã được hình thành, nó sẽ thậm chí không còn vừa trong bầu trời. Công đức cúng dường vật chất lên đức Phật cũng không bằng được thậm chí chỉ một phần của nó. Những câu hỏi của *Vô Úy Thọ Gia Trưởng Vấn Kinh* (*Vīradatta-gṛha-pati-paripṛcchā-sūtra*):[1]

> Nếu bất cứ công đức nào thu được
> Từ tâm giác ngộ mà có hình tướng
> Nó sẽ lấp đầy lên toàn bộ bầu trời
> Và sau đó vượt quá trời cao.
> Nếu có ai phủ đầy các cõi Phật
> Bằng châu báu của cải thật nhiều
> Ví như cát của sông Hằng sâu rộng
> Và cúng dường đấng Hộ pháp Thế gian,
> Công đức đó vẫn cao hơn nhiều
> Trong sự cúng dường, người đó chấp tay,
> Kính phát khởi tâm giác ngộ này.
> Không có giới hạn bởi công đức ấy.

Trong khi ngài Đại Trưởng Lão đi nhiễu vòng quanh pháp tòa kim cương ở Bồ-đề Đạo Tràng,[2] ngài nghĩ, "Làm thế nào tôi có

---

[1]BA116 *Ārya-vīradatta-gṛha-pati-paripṛcchā-nāma-mahāyānā-sūtra* {*Vô Úy Thọ Gia Trưởng Vấn Đại Thừa Kinh* – tức người chủ nhà tên Vô Úy Thọ hỏi kinh}.

[2]BA117 Điều này và những câu truyện tiếp sau diễn ra ở nơi tên là Bồ-đề Đạo Tràng, nơi đức Phật Thích-ca thành đạo trong khi thiền

thể có được sự giác ngộ viên mãn một cách nhanh chóng?" [329] liền sau đó, ngài đã thấy các pho tượng nhỏ đứng lên và hỏi những pho tượng lớn hơn: "Những người muốn nhanh chóng đạt được Phật quả nên tu tập điều gì?" Các tượng lớn hơn trả lời: "Họ cần rèn luyện theo tâm giác ngộ". Cũng trong không gian phía trên điện thờ chính, một phụ nữ trẻ đã hỏi câu này với một phụ nữ lớn tuổi, và Atiśa nghe cùng một câu trả lời như trước. Vì vậy, bảo rằng, ngài đã trở nên chắc chắn hơn về tâm giác ngộ.

Theo đó, việc hiểu rằng tâm giác ngộ bao gồm các điểm mấu chốt của tất cả các biệt huấn Đại thừa, là một kho báu vĩ đại của tất cả các thành tựu tinh thần, là những tính năng vốn phân biệt Đại thừa với Tiểu thừa và là các cơ sở tuyệt vời thúc đẩy quý vị xúc tiến các hành vi Bồ-tát hiệu quả to lớn. Thậm chí việc trở nên nhiệt thành hơn trong nuôi dưỡng Bồ-đề tâm hoạt hóa giống như một người đang khát nghe nói về nước. Vì, khi các đấng Chiến Thắng và các con của mình sử dụng trí tuệ tuyệt vời của họ để kiểm tra các lộ trình tu tập rất chi tiết trong nhiều kiếp lượng, họ đã thấy đây là phương tiện siêu việt để trở thành một vị Phật. Như *Nhập Bồ-đề Hành Luận* dạy:[1]

> Chiếu kiến trong nhiều kiếp lượng, đạo sư của các Bậc Hiền Thánh
> Đã tri kiến rằng riêng một mình điều này là thật lợi lạc

b'' Rèn luyện giới luật để phát Bồ-đề tâm ngộ sáu lần mỗi ngày nhằm tăng cường Bồ-đề tâm thật sự

1. Không từ bỏ phát triển của Bồ-đề tâm nguyện

định dưới cội Bồ-đề. Nơi mà ở đó ngài ngồi được biết là Kim Cương Tòa, và một tháp lớn đã được xây dựng gần đó. Các pho tượng đề cập ở đây đặt trên các phía vách của ngôi tháp và ngôi chánh điện trong câu truyện kế tới tọa lạc trên nền của ngôi tháp.

[1]BA118 BCA: 1.7ab.B.

2. Rèn luyện nâng cao Bồ-đề tâm nguyện

1'' Không từ bỏ phát triển Bồ-đề tâm nguyện

Qua sự chứng kiến của chư Phật, Bồ-tát và các sư phụ, trong sự hiện diện của họ, quý vị đã cam kết chính mình để giải thoát tất cả chúng sinh chưa được giải thoát, và vv... Nếu sau đó quý vị thấy rằng chúng sinh thì rất nhiều và hành vi của họ thì vị kỷ, hoặc thấy rằng thời gian mà trong đó quý vị phải phấn đấu nhiều kiếp lượng thật dài, hoặc là quý vị phải rèn luyện trong hai sự tích lũy tư lương là vô hạn và khó làm, và quý vị lấy điều này như là một lý do để trở nên chán nản và từ bỏ trách nhiệm của mình để phát triển tâm giác ngộ, thì đó là một tội lỗi lớn hơn là một sự vi phạm các giới biệt giải thoát cá nhân. [330] *Bát Thiên Bảo Đức Tập Kệ* thuyết:[1]

> Dẫu ngươi thực hành thập thiện nghiệp trong mười triệu kiếp lượng,
> Nếu sau đó người phát khởi mong muốn trở thành một Độc giác phật A-la-hán,
> Ngươi gây hại và làm suy yếu Bồ-tát giới của mình
> Điều này vi phạm tâm giác ngộ nặng hơn cả phạm trọng giới.

Do đó, nói rằng một Bồ-tát giới như thế là sai sót. Việc hạn chế khỏi các sự xem xét Thanh Văn và Duyên Giác là giới luật cao nhất của các Bồ-tát, nên nếu các Bồ-tát đã làm suy yếu sự hạn chế này, thì họ sẽ phá hủy giới luật của chính họ. Vì nếu các Bồ-tát không bỏ sang một bên hạn chế này, sau đó thậm chí họ đã theo đuổi các thú vui cảm giác, thì họ sẽ không phá hủy thái độ

---

[1]BA119 *Ratna-guṇa-sañcaya-gāthā* {*Bảo Đức Bát Thiên Tập Kệ*} 31.5; D13: Ka 18b3.

của sự hạn chế vốn đặc trưng cho Bồ-tát. Một lần nữa, *Bát Thiên Bảo Đức Tập Kệ* khẳng định[1]

Dù chư Bồ-tát hưởng thụ năm đối tượng giác quan,
Nếu họ nương tựa nơi Phật, Pháp và Tăng,
Và cố định tâm trí mình trên toàn trí, suy nghĩ, "Tôi sẽ đạt Phật quả",
Hãy hiểu rằng những hiền nhân này giữ trì giới luật Ba-la-mật-đa.

Nếu họ từ bỏ ý định đã hứa của mình, họ phải đi lang thang trong một thời gian lâu dài trong các tái sinh đau khổ. *Nhập Bồ-đề Hành Luận* nói:[2]

Nói rằng một khi người quyết định
Để cho đi lượng nhỏ một điều giản đơn
Và sau đó không đem nó để cho đi,
Họ tự khiến mình tái sinh như một ngạ quỷ.
Vậy làm sao ngươi có thể được tái sinh trong cõi phúc hạnh
Nếu ngươi lại đánh lừa tất cả chúng sanh
Sau khi đã chân thành mời họ
Để đến với hỷ lạc vô thượng?

Do đó, bài văn cũng nói:

Như kẻ mù tìm viên bảo ngọc
Từ trong một đống rác to,
Bằng cơ hội tâm giác ngộ
Đã khởi hiện trong tôi.

Hãy suy nghĩ: "Tuyệt vời làm sao khi tôi đã đạt được một điều như thế này", và không bao giờ từ bỏ nó. Dành sự quan tâm đặc

---

[1]BA120 Ibid.: 31.4; D13: Ka 18b2.
[2]BA121 BCA: 4.5-6,3.27.

biệt cho điều này, thệ nguyện lập đi và lập lại không bao giờ từ bỏ nó ngay cả dù chỉ là một khoảnh khắc.

2’’ Rèn luyện nâng cao Bồ-đề tâm nguyện

Thật không đủ khi chỉ đơn thuần là không từ bỏ Bồ-đề tâm nguyện, hãy tăng cường nó với nỗ lực rất lớn ba lần trong ngày và ba lần vào ban đêm. Nếu quý vị có thể thực hành các nghi lễ bao quát nói trên, thì hãy làm như vậy. [331] Bằng không, hãy hình dung miền đất tích lũy công đức và sau khi quý vị thực hiện các cúng dường, hãy tinh lọc tình yêu, lòng từ bi của quý vị, và vv... Sau đó, tiếp thụ tâm giác ngộ sáu lần, hãy đọc tụng ba lược câu kệ sau đây trong mỗi lần:[1]

> Con xin quy y cho đến khi giác ngộ
> Vào Phật, Pháp và chư Tăng;
> Bằng công đức thực hành sáu Ba-la-mật-đa
> Xin cho con thành tựu Phật-đà để hỗ trợ chúng sanh.

c’’ Rèn luyện giới luật để không có ý từ bỏ chúng sinh, mà là vì lợi ích của họ, quý vị phát triển tâm giác ngộ

Mặc dù điều giới này không tìm thấy trong các phần thích hợp của *Bồ-đề Đạo Đăng Luận* hoặc *Các Nghi Thức Bồ-đề Tâm và Bồ-tát Giới*, thì trong *Bồ-đề Đạo Đăng Luận Thích*, Atiśa cho biết:[2]

> Bằng cách chăm sóc và không từ bỏ chúng sinh, ngươi duy trì tâm giác ngộ vì đối tượng của nó {tâm giác ngộ}, duy trì lợi ích của nó, duy trì các nghi lễ để phát khởi nó, duy trì sự tăng trưởng nói chung của nó, và không quên nó.

---

[1] BA122 *bodhisattvādikarmikamārgāvatāra-deśanā* {*Bồ-tát Đạo Nhập Môn Giáo Pháp*} (giáo pháp nhập môn cho tu tập Bồ-tát đạo), D3952: Khi 296b7-297al.

[2] BA123 Cf. *Bohdi-mārga-pradīpa-pañjikā*, D3948: Khi 252al-2.

Điều đó được liệt kê trong bối cảnh này và không mâu thuẫn với ý nghĩa chủ đích của chánh văn nên hãy rèn luyện điều này luôn thể.
Bị đánh giá về việc từ bỏ chúng sinh một cách tinh thần là khi quý vị phát khởi những suy nghĩ, “Bây giờ tôi sẽ không bao giờ làm việc cho phúc lợi của người này”, dựa trên một số điều kiện như hành động không thể chấp nhận được, vv…

d’’ Rèn luyện giới luật để tích lũy các tư lương công đức và trí tuệ siêu phàm

Sau khi quý vị đã tiếp thu Bồ-đề tâm nguyện thông qua các nghi lễ của nó, hãy phấn đấu hàng ngày để tích lũy các tư lương – như cúng dường Tam Bảo, vv… – để tăng cường tâm giác ngộ. Mặc dù tôi không thấy có nguồn có thẩm quyền nói về điều này như là một điều giới khác hơn so với các khẳng định của các đại sư trước đây, thì nó vẫn rất lợi lạc.

2’ Rèn luyện giới luật cũng khiến cho quý vị không bị tách rời với tâm giác ngộ trong các kiếp sống tương lai

Việc tu tập trong giới luật cũng khiến cho quý vị không bị tách rời với tâm giác ngộ trong kiếp sống tương lai gồm có hai phần:

1. Tu tập giới luật để loại bỏ bốn hành vi đen tối vốn làm suy yếu tâm giác ngộ
2. Rèn luyện giới luật để áp dụng bốn hành vi trong sáng giữ cho tâm giác ngộ khỏi suy yếu

a’’ Tu tập trong giới luật để loại bỏ bốn hành vi đen tối vốn làm suy yếu tâm giác ngộ

Chương Ca-diếp {hay Ca-diếp Phẩm Luận} trong *Bảo Tích Kinh*[1] có các lời dạy rằng danh mục bốn hành vi liên quan đến

---

[1]BA124 *Ārya-kāśyapa-paritvarta-ṭīkā-nāma-mahāyānā-sūtra* {*Ca-diếp Phẩm Đại Thừa Kinh*} Cha 120a6-b6. Tên {Phạn} đầy đủ của bộ

việc không hiện thực hóa hay quên lãng Bồ-đề tâm trong các kiếp sống tương lai và danh mục tu tập quan hệ đến việc hiện thực hóa và không quên tâm giác ngộ, không lìa bỏ tâm này cho đến khi quý vị đạt đến giác ngộ. [332] Chúng được trình bày như là giới luật của Bồ-đề tâm nguyện. Bốn hành vi đen tối là như sau.

1. Lừa dối các trụ trì, các đạo sư, các thầy giảng, và những người xứng đáng của các cúng dường. Hiểu biết được điều này trong nội dung của hai tiếp cận: các đối tượng của hành động của quý vị và những gì quý vị làm đối với các đối tượng này. Theo giải thích trong *Ca-diếp Phẩm Luận Thích* (*Kāśyapa-paritvarta-ṭīkā*) của Sthiramati {tên dịch nghĩa: An Huệ},[1] thì các đối tượng là các trụ trì và đại sư (điều này là hiển nhiên) các guru (những người muốn giúp đỡ), và những người xứng đáng của các cúng dường (dù không có trong hạng của hai nhóm trước đó, họ có các phẩm chất cao đẹp). Những gì quý vị có thể làm lên các đối tượng này sẽ là một hành vi đen tối? Gọi là một hành vi đen tối, nếu quý vị một cách có ý thức lừa dối bất kỳ người nào trong số họ. Về cách quý vị lừa dối họ, *Ca-diếp Phẩm Luận Thích* nói rằng khi họ từ bi giải thích về sự phá giới, và sau đó quý vị làm họ bối rối về chính quý vị bằng sự dối trá, đó là "đen tối". Điều đó nói rằng bất cứ khi nào quý vị cố gắng để đánh lừa các guru của quý vị về chính mình với ý định lừa dối, đó là "đen tối". Tuy nhiên, điều đó phải là một dẫn dắt sai lạc bởi lừa dối – sự sai lạc vốn không phải là lừa dối sẽ được giải thích dưới đây. Điều này là bởi vì biện pháp khắc phục của nó là

Bảo Tích Kinh bao gồm 49 tiểu kinh (Pagel 1995: Appendix III) là *Ārya-mahā-ratnakūṭa-dharma-paryāya-śata-sāhasrika-kāśyapa-paritvarta-ṭīkā*, P760, vols. 22-24.

[1]BA125 Phần đề cập về bốn hành vi đen tối và bốn thực hành trong sáng được trích trong phần sau tìm thấy trong *Ārya-mahā-ratnakūṭa-dharma-paryāya-śata-sāhasrika-kāśyapa-paritvarta-ṭīkā*, D4009: Ji 206B3-207a4.

điều đầu tiên trong bốn hành vi trong sáng, và *Bồ-tát Học Luận*[1] nói rằng loại bỏ các hành vi đen tối là một hành vi trong sáng. Hơn nữa, người ta nói rằng các đệ tử không thể sửa được sự lừa dối các guru của họ khi họ nói một điều với guru và lại bí mật nói một điều hoàn toàn khác với người ngoài, là những người sau đó nói, "Hãy cẩn thận, điều này sẽ đến tai của thầy".

2. Làm người khác cảm thấy hối tiếc về một điều gì đó mà tự nó vốn không phải là đáng tiếc. Điều này được hiểu thông qua hai cách tiếp cận tương tự được đề cập trước đây. Đối tượng là những cá nhân đang nuôi dưỡng các thiện đức mà không hối tiếc. Quý vị làm gì với họ? Quý vị cố ý làm cho họ hối tiếc về một điều mà họ không nên hối tiếc. *Ca-diếp Phẩm Luận Thích* giải thích rằng các hành giả đệ tử gây hiểu nhầm một cách giả dối trong việc liên hệ đến một lời lẽ về sự rèn luyện khi họ đang theo đuổi rèn luyện điều đó một cách đúng đắn là hành vi "đen tối".
Đối với hai hành vi đen tối đầu tiên, được xem là không có gì khác biệt bất kể là quý vị có thể hay không thể lừa dối hay quý vị có thể hay không thể gây ra sự hối tiếc. *Ca-diếp Phẩm Luận Thích* đồng tình về vấn đề này. Bản luận đó, tuy nhiên, xem trường hợp sau cũng là một trường hợp dẫn dắt sai lạc. [333]

3. Phát biểu một cách chê bai, vv… về con người vốn bước vào Đại thừa một cách đúng đắn. Một số người nói rằng đối tượng là những ai có tâm giác ngộ, đã tiếp nhận nó thông qua các nghi thức của nó. Số người khác nói đối tượng đó là bình đẳng giữa những ai trước đây đã phát triển tâm giác ngộ và cả những người hiện tại chưa có tâm đó. Khẳng định vừa rồi mâu thuẫn với các kinh văn và là sai. Bản luận {*Ca-diếp Phẩm Luận Thích*} chỉ đơn giản nói "một vị Bồ-tát" không làm rõ gì hơn nữa. Mặc dù trong ngữ cảnh các kinh điển khác có nhiều mệnh đề dạy rằng

---

[1]BA126 *Śikṣāsamuccaya* Vaidya 1961b: 33; D3940: Khi 35a2-4.

những ai có Bồ-tát giới tức những người đang tu học các rèn luyện là đã bước vào Đại thừa một cách đúng đắn; ở đây, tôi nghĩ rằng đối tượng được hiểu như là vị Bồ-tát bất kỳ, bắt đầu với những người đã phát khởi Bồ-đề tâm nguyện.
Điều gì đã làm lên những vị Bồ-tát này là phát ngôn một cách chê bai, đổ lỗi, tội phỉ báng, và vv... Sự khẳng định rằng những gì được nói là đã được thúc đẩy bởi hận thù thì phù hợp với bản luận. Tuy nhiên, dẫu cho ngay cả bản luận nói rằng các Bồ-tát được đề cập là siêng năng tìm kiếm giáo pháp, và ngôn từ được nói ra để dừng lại niềm tin hay ước muốn của họ vào thực hành Đại thừa, có vẻ như là đã đủ nếu họ hiểu ý nghĩa của những gì được nói. Bản luận giải thích rằng một điều chê bai nào đó, ví dụ như là nói rằng ông ấy hay bà ấy "có tính xấu", trong đó quý vị không đề cập đến bất kỳ lỗi cụ thể nào; một sự đổ lỗi là, ví dụ như nói rằng "Ông ta không độc thân", trong đó quý vị có nói cụ thể; và một sự phỉ báng là, ví dụ như nói rằng "trong cách này hoặc cách kia, ông ta quan hệ tình dục", làm cho nó cụ thể hơn. Bản luận gán thuật ngữ "chỉ trích" cho ba loại này.

Tôi đã thảo luận một cách tóm lược[1] về nguy cơ của sự xúc phạm to tát nảy sinh trong chúng ta. Thật vậy, nếu các Bồ-tát có một ý nghĩ xem thường đối với những Bồ-tát khác, thì họ phải ở trong địa ngục nhiều kiếp lượng như số những khoảnh khắc của thời gian mà ý nghĩ đó xảy ra. *Tịch Chiếu Thần Biến Định Kinh* (*Praśānta-viniśaya-prātihārya-samādhi-sūtra*) nói rằng không có hành vi nào khác ngoài việc vu khống có thể khiến một vị Bồ-tát có thể bị giáng vào các cõi đau khổ. [334] *Bát Thiên Bảo Đức Tập Kệ*:[2]

> Nếu các Bồ-tát đã không nhận được một tiên đoán về sự giác ngộ của họ

[1]BA127 LRCM: 178-179; *Đại Pháp* 1: 231-233.
[2]BA128 *Ratna-guṇa-sañcaya-gāthā*: 24.5; D13: Ka 14b4-5.

> Đã có một tranh chấp tức giận với các Bồ-tác vốn đã nhận được một tiên tri,
> Thì họ phải mang áo giáp của thực hành một lần nữa
> Cho số kiếp lượng nhiều như những khoảnh khắc của thái độ thô thiển sai lầm của họ.

Do đó, nó nói rằng họ phải đi du hành theo đạo trình, bắt đầu trở lại một lần nữa, trong nhiều kiếp tương xứng với thái độ giận dữ của mình; họ trở nên ở khoảng cách rất xa với sự giác ngộ của mình. Vì lý do này, hãy ngăn chặn sự tức giận của quý vị trong tất cả các dịp, và nếu nó phát sinh, ngay lập tức thú nhận nó và cố gắng kiềm chế bản thân. Cùng văn bản dạy:[1]

> Hãy phát triển chánh niệm, nghĩ rằng,
> "Trạng thái tâm này không phải là tạo dựng"
> Thú nhận từng trường hợp, và kiềm chế mình không làm điều đó nữa.
> Không vui mừng trong đó; hãy rèn luyện trong giáo huấn của đấng Phật-đà.

Nếu quý vị cho hận thù một cơ hội, tình yêu và lòng từ bi mà quý vị đã phát triển sẽ bị suy yếu và sẽ khó có thể phát triển bất kỳ tình yêu và lòng từ bi mới nào, ngay cả khi quý vị tu tập trong một thời gian dài. Vì vậy, quý vị đã cắt bỏ các gốc rễ của Bồ-đề tâm. Nếu quý vị dừng hận thù lại – tức là các nghịch duyên của tình yêu và lòng từ bi – và nuôi dưỡng tình yêu và lòng từ bi theo giải thích trước,[2] sau đó chúng sẽ dần dần tăng cường và cuối cùng trở thành vô hạn. *Lượng Thích Luận*

---

[1]BA129 Ibid.: 24.6b-d; D13: Ka 14b5-6.
[2]BA130 LRCM: 304.18-309.19.

(*Pramāṇa-varttika-kārikā*) của Pháp Xứng {skt. Dharmakīrti} khẳng định:[1]

> Nếu không bị hại bởi điều mà với nó là không tương thích,
> Tình yêu tự nhiên đi vào tâm thức.

Và cũng thế:

> Khi ngươi tự làm quen với
> Thái độ của lòng từ và các loại tương tự,
> Tăng lên từ các hạt giống trước, các trải nghiệm như thế,
> Làm thế nào mà những thái độ kia vẫn như xưa?

4. Trong một trường hợp không có sự chân thành, bằng cách sử dụng sự lừa dối và trình bày sai lạc để có được sự phục vụ của những người khác. Đối tượng là bất kỳ chúng sinh nào khác ngoài quý vị. Những gì thực hiện lên chúng sinh này? Quý vị hành động lừa dối và trình bày sai lạc. Sự chân thành được giải thích trong *Ca-diếp Phẩm Luận Thích*[2] là thái độ bình thường của quý vị. Sự lừa dối và trình bày sai lạc là gian lận trong khi tính toán với một quy mô và vv… Như Gyal-wa-yen-jung (rGyal-ba-ye-'byung) cho biết, nó là, chẳng hạn như việc gửi vài người đến Dö-lung (sTod-lung) để khiến họ đi đến Rag-ma [một nơi xa khỏi Dö-lung nhiều], và sau đó khẳng định rằng họ cũng có thể đi đến Rag-ma. [335] *Vi Diệu Pháp Tập Luận* (*Abhidharma-samuccaya*)[3] của Vô Trước {skt. Asaṅga} nói rằng cả hai sự lừa dối và trình bày sai lạc phát sinh do tham chấp vào vật chất, các sự phục vụ và là sự tương tự được bao gồm trong lớp tham chấp hay vô minh. Ngài dạy rằng lừa dối là sự

---

[1]BA131 *Pramāṇa-varttika-kārikā*. 2.129cd, 2.126; Miyasaka 1972: 20-21.

[2]BA132 *Kāśyapa-paritvarta-ṭīkā* . D4009: li 207a4.

[3]BA133 *Abhidharma-samuccaya*, D4049: Ki 50b6-51al.

giả vờ rằng quý vị có một chất lượng diệu hảo mà quý vị không có, và trình bày sai lạc là che dấu lỗi của quý vị. Che dấu có nghĩa là sử dụng một số phương pháp để giữ bí mật một lỗi lầm.

b'' Rèn luyện giới luật để áp dụng bốn thực hành trong sáng giữ cho tâm giác ngộ khỏi suy yếu

1. *Việc từ bỏ nói dối một cách có ý thức với bất kỳ chúng sinh nào bất kể ngay cả trong lúc nói đùa hoặc thậm chí vì lợi ích cho cuộc sống quý vị*[1]. Đối tượng đầu tiên trong bốn thực hành trong sáng là bất kỳ chúng sinh nào. Những gì quý vị làm là từ bỏ lừa dối có ý thức ngay cả vì lợi ích của cuộc sống của quý vị hoặc thậm chí trong lúc nói đùa. Bằng cách này, quý vị không đánh lừa các đối tượng đặc biệt trong các hành động của quý vị – trụ trì của quý vị, đạo sư, vv… với sự dối trá.

2. *Không lừa gạt mà giữ lại sự chân thành đến tất cả chúng sinh*. Các đối tượng thứ hai trong bốn thực hành sáng tỏ là tất cả chúng sinh. Những gì quý vị làm là không lừa dối họ, nhưng duy trì sự chân thành của quý vị; có nghĩa là, trì giữ trong sự chân thật. Đây là biện pháp khắc phục cho hành vi đen tối thứ tư.

3. Phát *triển ý tưởng rằng tất cả các vị Bồ-tát là những Tôn Sư*. Các đối tượng của việc thực hành trong sáng thứ ba là tất cả các Bồ-tát. Những gì quý vị làm là phát triển ý tưởng rằng họ là tương tự như Tôn Sư, và bày tỏ trong bốn hướng ca ngợi các phẩm tính của họ. Chúng ta tu dưỡng một số nhỏ giống như thế về đức hạnh, nhưng tìm thấy rằng nó không có các dấu hiệu của sự gia tăng và có nhiều dấu hiệu suy giảm, điều này chỉ đơn giản là kết quả của việc thù ghét của chúng ta, coi thường hoặc mắng nhiếc các Bồ-tát và đạo hữu. Vì vậy, người ta nói rằng nếu quý

---

[1]BA134 Tên của bốn thực hành trong sáng không được nêu trong Tạng ngữ nhưng lại được tích hợp trong văn bản Tạng. Chúng được nêu danh sách ở đây vì lý do rõ ràng

vị có khả năng loại bỏ hai lỗi lầm đầu tiên cũng như việc mắng nhiếc Bồ-tát, tất cả những thiệt hại liên quan đến các đối tượng nêu trong *Bồ-tát Học Luận* sẽ được ngăn chặn. Điều này dựa trên việc xem xét rằng quý vị không biết ai là một vị Bồ-tát, vì vậy, như đã nêu trong *Ca-diếp Phẩm Luận Thích*,[1], quý vị nên rèn luyện trong cảm nhận thanh tịnh về tất cả chúng sinh; nhận thức đó đến từ việc phát triển ý tưởng rằng tất cả chúng sinh đều là các Tôn Sư . Quý vị nên ca tụng các Bồ-tát khi có những người lắng nghe tại đó, nhưng quý vị không phải gánh nhận hậu quả sai sót nếu quý vị không đi ra ngoài bốn phương để ca tụng chư Bồ-tát. Đây là biện pháp khắc phục cho hành vi đen tối thứ ba.

4. Khiến cho các chúng sinh mà quý vị đang giúp đỡ được trưởng thành không muốn thừa nhỏ, nhưng tán đồng theo sự giác ngộ toàn hảo. Đối tượng của việc thực hành trong sáng thứ tư là các chúng sinh mà quý vị đang giúp đỡ để trưởng thành. Những gì quý vị làm cho họ là khiến cho họ không mong muốn thừa nhỏ [Tiểu thừa] nhưng lại tuân theo sự giác ngộ toàn hảo. [336] Hơn nữa, từ quan điểm của quý vị là thật cần thiết cho họ để kết nối với lộ trình Đại Thừa, nhưng nếu các đệ tử của quý vị không phát triển ý định đó, quý vị phải gánh trả lỗi lầm, bởi vì quý vị chỉ đơn giản là không thể hoàn thành nó. Thực hành trong sáng này giúp loại bỏ hành vi đen tối thứ hai [làm cho người khác cảm thấy hối tiếc về một điều gì đó không phải hề đáng tiếc], bởi vì nếu quý vị muốn từ sâu thẳm trái tim của mình cho người khác từ đầu hướng đến cực điểm của tất cả hạnh phúc, thì quý vị sẽ không làm điều gì đó mang lại về bất hạnh lên những người khác cũng như là làm cho họ cảm thấy hối tiếc

[1]BA135 *Kāśyapa-paritvarta, ,* D87: Cha 120b5. Ý này nói tất cả chúng sinh là Phật nghĩa là hãy tôn kính tất cả chúng sinh cũng giống như chúng ta tôn kính đức Phật, vì cả hai đều bình đẳng trong ý nghĩa rằng cả hai đều giúp chúng ta đạt đến Phật quả.

về hoạt động thiện đức của họ. *Sư Tử Vấn Kinh* (*Siṃha-paripṛcchā-sūtra*) cũng cho biết:[1]

Nếu ngươi trau dồi tâm giác ngộ trong tất cả kiếp sống
Và không từ bỏ nó ngay cả trong mơ,
Thì còn gì cần để đề cập đến?
Việc không từ bỏ nó khi ngươi chưa ngủ?
Đức Phật dạy: "Là nguyên nhân để bước đến giác ngộ
Cho chúng sinh ở các làng mạc và thành phố
Hoặc bất kỳ ở nơi nào họ có thể trú.
Thì ngươi sẽ không rời tâm giác ngộ".

Hơn nữa, *Văn-thù-sư-lợi Phật Độ Trang Nghiêm Kinh* nói rằng nếu quý vị có bốn điều này – gồm phá hủy tâm kiêu mạn, loại bỏ sự ghen tị, trừ khử tính keo kiệt, và vui sướng khi nhìn thấy sự thịnh vượng của người khác – quý vị không từ bỏ lời ước nguyện [Bồ-đề tâm nguyện]. Một khi quý vị trau dồi tâm giác ngộ này, quý vị sẽ không bị chia lìa khỏi thái độ cao quý này ngay cả trong các đời sống tương lai. Điều này được nêu rõ trong *Bảo Vân Kinh* (*Ratna-megha-sūtra*) của các *Bảo Đỉnh Tập Kinh*:[2]

---

[1]BA136 *Ārya-siṃha-paripṛcchā-nāma-mahāyānā-sūtra* {*Sư Tử* [*Cầu*] *Vấn Đại Thừa Kinh*} D81: Cha 28b7-29al. Trích dẫn tìm thấy trong *Bồ-tát Học Luận,* Vaidya 1961b: 33; D3940: Khi 35a6-7.

[2]BA137 *Śikṣāsamuccaya* {*Bồ-tát Học Luận*} Vaidya 1961b: 33; D3940: Khi 35a7-b2, Trích dẫn *Mañjuśrī-buddha-kṣetra-guṇa-vyūha-mahāyānā-sūtra* {*Văn-thù-sư-lợi Phật Độ Trang Nghiêm Kinh*}, *Ārya-ratna-megha-nāma-mahāyānā-sūtra* {Bảo *Vân Đại Thừa Kinh*} và *Samādhi-rāja-sūtra* {*Định Vương Kinh*}. Geshe Yeshey Tapkay đã tái cấu trúc lại phần này để theo sát với *Bồ-tát Học Luận* P5336:199.3.6-8. Ông đã xem câu *ba gzhan du'ang sems rin po che dang mi 'bral ba ni* như là ngôn từ của chính Tsongkhapa. Hai dòng cuối trích dẫn từ *Định Vương Kinh* – *de la gnas pa'i rnam par rtog pa des/de Ita de Itar de la sems gzhol 'gyur* – đã được thêm vào cho rõ.

> Nếu ngươi rèn luyện tâm giác ngộ trong tất cả các hoạt động và nếu ngươi mở đầu sự nuôi dưỡng công đức bằng tâm giác ngộ...

Và trong *Định Vương Kinh*:

> Bao nhiêu lần người thường kiểm tra
> Bấy nhiêu lần tâm trí họ khởi tác
> Những điều gì họ đang suy nghĩ qua.

Và cũng có trong các kinh điển khác nữa.

c' Phương pháp điều phục tâm giác ngộ nếu quý vị làm suy yếu nó

Nhiều học giả khẳng định quan điểm sau đây: "Quý vị từ bỏ Bồ-đề tâm nguyện nếu một thời gian nào đó trôi qua có bốn hành vi đen tối, cùng với hành vi thứ năm – việc từ bỏ các chúng sinh một cách tinh thần – hoặc hành vi thứ sáu, bỏ sang một bên Bồ-đề tâm bằng cách nghĩ rằng: „Tôi không thể hoàn thành Phật quả". Tuy nhiên, nếu trong một khoảng thời gian quý vị hối tiếc sáu điều này, thì chúng đã làm suy yếu Bồ-đề tâm nguyện nhưng không làm quý vị từ bỏ nó và nếu quý vị thất bại để tiếp nhận tâm giác ngộ sáu lần mỗi ngày và để cho việc rèn luyện của quý vị trong hai sự tích lũy tư lương bị thoái hoá, thì điều đó chỉ làm suy yếu tâm giác ngộ. Nếu một nguyên nhân của việc từ bỏ nó xảy ra, quý vị phải lặp lại các nghi lễ cho việc áp dụng Bồ-đề tâm nguyện, nhưng nếu chỉ có một sự suy yếu, thì quý vị không phải lặp lại nó; việc tiến hành một sự sám hối là đủ". [337]

Đối với điều này, nếu quý vị đã suy nghĩ, "Tôi không thể hoàn thành Phật quả", thì quý vị lập tức từ bỏ tâm giác ngộ, thật không bao giờ cần thiết phải dựa vào đoạn văn trên về một thời gian nhất định, khẳng định như thế là hoàn toàn không chính xác. Bốn hành vi đen tối không phải là nguyên nhân của việc từ bỏ tâm giác ngộ trong kiếp này, nhưng là các nguyên nhân khiến

cho việc không hiển lộ tâm giác ngộ trong các đời tương lai, vì vậy chúng ta nên ngăn cản chúng trong đời này. *Bồ-đề Đạo Đăng Luận* dạy:[1]

> Để ghi nhớ được tâm giác ngộ ngay cả trong các kiếp sống tương lai,
> Hãy duy trì các rèn luyện đã được giải thích.

Cụm từ "đã được giải thích" có nghĩa như được diễn giải trong *Ca-diếp Phẩm Luận Thích*. Đây là những gì kinh văn ý chỉ là bởi vì kinh này nói rõ ràng điều đó trong bối cảnh của bốn thực hành trong sáng:[2]

> Này Ka-diếp, Bồ-tát có bốn thực hành sẽ làm hiển lộ tâm giác ngộ trong tất cả kiếp sống ngay lập tức sau khi được sinh ra và sẽ không từ bỏ nó hoặc quên nó cho đến khi họ đạt đến trái tim của giác ngộ.

Vì vậy, mặc dù kinh không nêu rõ trong bối cảnh của bốn hành vi đen tối liệu rằng chúng có hay không gây ảnh hưởng đến kiếp sống này hay các kiếp sau, thì hãy hiểu rằng điều đó là dành cho các kiếp sau. (Tuy nhiên, nếu quý vị quay sang tiếp nhận thực hiện những điều đen tối trong cuộc đời này, thì tâm giác ngộ của quý vị sẽ suy yếu). Bằng không, nếu các Bồ-tát, những người đang giữ giới của mình chỉ nói dối một chút như một trò đùa, lừa dối người khác và tự xuyên tạc bản thân họ trong một cách tầm thường , nói một điều gì đó hơi xấu về các Bồ-tát trong sự giận dữ hoặc chỉ phát khởi sự hối tiếc nhỏ với những người khác về việc nuôi dưỡng một cội rễ thiện đức của họ, và nếu họ trải qua một khoảng thời gian mà lại không cảm thấy hối tiếc, thì họ

---

[1]BA138 *Bodhi-patha-pradīpa* {*Bồ-đề Đạo Đăng Luận*}, D3947: Khi 239a3.

[2]BA139 *Kāśyapa-paritvarta,* D87: Cha 120a3-4.

sẽ đánh mất Bồ-tát giới của họ. Họ đánh mất bởi vì họ đánh mất Bồ-đề tâm nguyện và, theo *Bồ-tát Địa* và *Bồ-tát Học Luận*,[1] khi quý vị đánh mất Bồ-đề tâm nguyện, quý vị cũng đã làm mất các giới nguyện. Nếu quý vị khẳng định rằng chúng làm mất đi các điều giới, thì quý vị phải thừa nhận các thực hành đen tối này như là phạm giới trọng yếu, nhưng điều này không được đề cập ở bất cứ đâu và là điều không đúng. [338] Hơn nữa, việc phán xét về một khoảng thời gian được dựa trên giải thích trong *Upāli Vấn Kinh* (*Upāli-paripṛcchā-sūtra*), nhưng vì tôi đã chứng minh chi tiết trong *Lộ Trình Cơ Bản Đến Tỉnh Giác* (Byang chub gzhug lam)[2] của tôi – là một giải thích về chương Giới Luật của *Bồ-tát Địa* – rằng đây không phải là ý chỉ của kinh này, nên tôi sẽ không giải thích nó một lần nữa ở đây.

Để từ bỏ chúng sinh một cách tinh thần có nghĩa là khi xem xét đến họ, nói chung, quý vị nghĩ: "Tôi không thể làm việc cho phúc lợi của nhiều chúng sinh". Khi quý vị từ bỏ họ với ý nghĩ này, thật rõ ràng là quý vị cũng từ bỏ Bồ-đề tâm nguyện. Và khi việc xem xét một chúng sinh cụ thể, nếu quý vị có ý tưởng: "Tôi sẽ không bao giờ làm việc cho phúc lợi của người này", thì giống như việc phá hủy toàn bộ sự tích lũy bằng cách loại trừ chỉ một phần của nó, quý vị tiêu diệt tâm giác ngộ, vốn được phát triển vì lợi ích của tất cả chúng sinh. Nếu không, quý vị sẽ có thể gạt sang một bên nhiều chúng sinh – chúng sinh thứ nhì, thứ ba, thứ tư, và vv, chỉ phát triển tâm giác ngộ vì lợi ích của các chúng sinh còn lại và bởi đó nhất thiết phải phát khởi tâm giác ngộ toàn hảo và đầy đủ. Nhưng đây không phải là trường hợp như thế.

---

[1] BA140 Bbh, Wbgihara 1971:160-161; D4037: Wi 85b7-86a4. *Siksa-samuccaya,* Vaidya 1961b: 41; D3940: Khi 43a5-b2.

[2] BA141 *Byang chub sems dpa'i tshul khrims kyi rnam bshad byang chub gzhung lam,* Tatz 1986:187-194. Tựa đề ở đây là *Tshul khrims le'u rnam bshad. Ārya-gṛhapati-upāli-paripṛcchā-nāma-mahāyānā-sūtra* {*Gia Trưởng upāli Cầu Vấn Đại Thừa Kinh*} là D68.

Bồ-đề Đạo Đăng Luận Thích nói[1] về các giới luật của Bồ-đề tâm rằng có các hệ thống {các quan điểm} khác nhau của vua Indrabhūti[2], Long Thọ, Vô Trước, Thánh Thiên, Tịch Thiên, Nguyệt Quan, Tich Hộ, vv… Được biết là một số vị khẳng định rằng các điều giới của Bồ-đề tâm là: “tất cả các điều giới cho cả sự phát khởi của tâm giác ngộ lẫn việc tham gia vào các Bồ-tát hành”[3]. Những người khác, khẳng định rằng: “Các ngươi phải trì giữ từng giới đã được thuyết giảng trong các kinh điển”, trong khi vẫn có những người khác nói rằng chúng là: “tất cả các giới luật cho một người trên con đường tích lũy {tích lũy đạo}”. Một số không khẳng định rằng chúng là: “một rèn luyện cụ thể như thế này hay thế kia”, nhưng những người khác khẳng định rằng: “cộng thêm vào với giới luật quy y, các ngươi trì giữ tám thực hành bao gồm việc không từ bỏ chủ tâm xúc tiến bốn thực hành trong sáng và việc quên đi ý định dẫn đến bốn hành vi đen tối”. Bản luận này giải thích, “Guru của tôi nói rằng vì mỗi một trong các hệ thống của những bậc đạo sư đều dựa trên kinh điển, ngươi nên trì giữ hệ thống {giới luật} nào mà guru của ngươi ban cho”. Bản luận cho rằng tất cả các điều này là ý nghĩa của các kinh điển. [339]

Nói chung, các đạo sư vĩ đại của dòng truyền thừa là hậu duệ của Geshe Drom-dön-ba không công nhận *Bồ-đề Đạo Đăng Luận Thích* là một bản luận của ngài Trưởng Lão, nhưng các dòng truyền thừa Nag-tso (Nag-tsho) chấp nhận đây là trước tác của Ngài Trưởng Lão và cũng chấp nhận nó như một giáo lý mật truyền của Nag-tso. Tuy nhiên, các học giả trước đây đều cho rằng Atiśa trước tác một bản luận ngắn trong khi ở Bu-rang (Pu-

[1]BA142 *Bohdi-mārga-pradīpa-pañjikā* D3948: Khi 249b3-250bl.

[2]Một cách ngắn gọn thì đây là tên của một vị vua. Tương truyền vị vua này được đức Phật Thích-ca ban truyền năng lực tu tập. *Indrabhuti*. Rigpa shedra. Truy cập 29/01/2012 <http://www.rigpawiki.org/index.php?title=Indrabhuti>.

[3]Tức là Bồ-đề tâm hành.

rangs). Người ta nói rằng sau khi ngài đến Sam-ye, có một dịch giả hỏi xin nếu ông ta có thể thêm thắt vào nó, và hậu quả là dịch giả này đã mở rộng nó. Do đó, ngài Trưởng Lão vĩ đại đã soạn thảo một bản luận ngắn. Điều này được bổ sung bởi nhiều giải thích vốn được dựa trên những lời dạy của nhiều đạo sư khác nhau. Có một số những sai lạc rõ ràng, và cũng có nhiều giải thích đúng đắn về ý nghĩa của kinh điển. Vì vậy, tôi đã trích dẫn nó trong bộ luận *Giai Trình Đến Giác Ngộ* (*Lamrim*) này và các nơi khác trong việc giải thích về những điểm vốn không có sai lạc.

Các giới luật nói trên của *Bồ-đề Đạo Đăng Luận Thích* không đáng tin cậy. Điều khẳng định rằng giới luật về tâm giác ngộ là: "tất cả các giới luật cho cả sự phát khởi Bồ-đề tâm lẫn sự tham gia vào các Bồ-tát hành" là sai lầm, bởi vì nếu quý vị có những giới luật của sự phát khởi "về Bồ-đề tâm" cũng là giới luật cho Bồ-đề tâm hành, thì thật không thể nào đủ để các giới chỉ để tránh khỏi bốn hành vi đen tối và xúc tiến bốn thực hành trong sáng cộng thêm vào với giới luật về quy y. Nếu quý vị chỉ lấy: "Sự phát tâm giác ngộ" để xem là Bồ-đề tâm nguyện, thì khi nói đến giới luật của Bồ-đề tâm nguyện, thật sẽ không cần thiết để rèn luyện trong mỗi giới đã được khẳng định trong các kinh điển, cũng không cần thiết để cho mọi người {tu tập} đến các giới đó bao gồm cả các những ai tham gia Bồ-tát hành. Nếu không, các giới luật của Bồ-đề tâm nguyện sẽ hoàn toàn không khác chi với các giới luật đến từ Bồ-tát giới.

Tất cả các giới luật nói trên (trừ hai giới luật về các thực hành trong sáng và đen tối vốn theo *Ca-diếp Phẩm Luận Thích*) đều chiếu theo *Bồ-đề Đạo Đăng Luận* và *Tâm Giác Giới Phát Thứ Đệ*. Có một tuyên thuyết nói đến sự rèn luyện giới luật trong *Thất Pháp Kinh* (Chos bdun po'i mdo), nhưng vì kinh đó dạy, "Một người muốn nhanh chóng đạt được các tri kiến siêu việt phải tuân theo giới", những giới luật này là không đặc biệt dành cho tâm giác ngộ, vì vậy tôi đã không viết về chúng ra đây.

Như vậy, lập thuyết của tôi là, với ngoại lệ về giới luật không từ bỏ Bồ-đề tâm nguyện và không từ bỏ chúng sinh một cách tinh thần, việc vi phạm giới luật không cấu thành một tội phá giới liên quan đến tâm giác ngộ cho đến khi quý vị nhận được Bồ-tát giới. Tuy nhiên, nếu quý vị vi phạm giới luật, quý vị cắt đứt điều nguyện vốn đến từ cam kết về đạo hạnh trong thời gian tạm trước khi quý vị phát Bồ-tát giới; do đó, quý vị dính dáng đến một hành động xấu, quý vị nên thực hiện một lời sám hối với bốn năng lực.[1] Sau khi quý vị nhận Bồ-tát giới, việc vi phạm các giới luật này là một sự phá giới mà giờ đây hủy hoại các giới luật đã được thệ nguyện. [340] Kể từ khi nó trở thành một sự vi phạm, thì cũng đủ để quý vị sửa chữa nó theo cung cách mà quý vị đã được chỉ dẫn, một thủ tục được bao gồm trong giới luật cho việc tham gia Bồ-đề tâm hành, và không tiến hành ở bất cứ nơi nào khác. Tuy nhiên, việc phát khởi tâm giác ngộ sáu lần một ngày là một giới cụ thể với Bồ-đề tâm nguyện.

[1]BA143 Bốn năng lực của sám hối xem LRCM: 195-203; Đại Pháp 1:251-259 {Xem lại quyển 1 chương 15 bốn năng lực lần lược là Năng lực diệt trừ, Năng lực của việc áp dụng các biện pháp đối trị, Năng lực của việc xa lánh các lỗi lầm và Năng lực nền tảng}.

Chương 7: Dẫn Nhập về Lục-độ Ba-la-mật-đa[1]

c) Cách tu học Bồ-tát hạnh sau khi đã phát tâm giác ngộ {Bồ-đề tâm}[2]

i) Lý do vì sao phải tu tập sau khi đã phát tâm Bồ-đề

ii) Chứng minh rằng quý vị sẽ không thể nào trở thành Phật bằng cách tu học phương tiện hay trí huệ một cách riêng biệt

ॐ

c) Cách tu học Bồ-tát hạnh sau khi đã phát tâm Bồ-đề

Mục này bao gồm ba phần:

1. Lý do phải tu tập sau khi đã phát tâm Bồ-đề
2. Chứng minh rằng quý vị sẽ không thể nào trở thành Phật

[1]Lục độ Ba-la-mật-đa tức là 6 phương tiện tu tập hay hành trì toàn hảo dành cho hàng Bồ-tát bao gồm: bố thí, trì giới, tinh tấn, nhẫn nhục, thiền định, và trí tuệ. Các Ba-la-mật này được đề cập nhiều trong các kinh điển Đại thừa vì đó là một trong các phương tiện tu tập chính (cho cả hiển thừa lẫn mật thừa). Trong quyển hai và ba của trước tác này, ngài Tsongkhapa dành hầu hết các giảng huấn về tu tập lục độ Ba-la-mật-đa.

[2]Bồ-đề tâm (hay tâm giác ngộ) (skt. bodhicitta) là ước nguyện từ bi để đạt đến giác ngộ vì lợi ích của tất cả chúng sinh. Bồ-đề tâm được phân chia làm hai loại: (1) Bồ-đề tâm tương đối dẫn đến ước nguyện từ bi để thành tựu giải thoát vì lợi ích tất cả chúng sinh và để tu tập các phương tiện nhằm đạt mục đích này; (2) Bồ-đề tâm tối hậu là trí tuệ trực chứng bản chất tối hậu của các hiện tượng. Riêng khái niệm Bồ-đề tâm tương đối còn được phân làm hai nhánh: (1) Bồ-đề tâm nguyện là ước nguyện đạt giác ngộ cho lợi ích các chúng sinh khác; và (2) Bồ-đề tâm hành bao gồm Bồ-đề tâm nguyện cùng với việc xúc tiến sáu hạnh Ba-la-mật-đa. *Bodhichitta*. Rigpa Shedra. Truy cập 11/09/2011. <http://www.rigpawiki.org/index.php?title=Bodhichitta>.

bằng cách tu học phương tiện hay trí huệ một cách riêng biệt
3. Giải thích tiến trình học giới luật (Chương Tám và các chương sau)

i) **Lý do vì sao phải tu tập sau khi đã phát tâm giác ngộ**
Thật ra nó là trường hợp mà lợi lạc to tát đến từ tâm Bồ-đề mà không cần tu tập hạnh bố thí và vv... Về phương diện này, hãy đọc đoạn trích từ *Di-lặc Giải Thoát* đã đề cập trước đây[1]. Tuy nhiên, quý vị vẫn phải rèn luyện Bồ-tát hạnh. Nếu không chú trọng đến điều này, quý vị sẽ không bao giờ thành Phật. Do đó, hãy tu tập Bồ-tát hạnh. Cho nên, *Gayā Sơn Đỉnh Kinh* dạy rằng:[2]

> Giác ngộ dành cho các đại Bồ-tát nhiếp tâm tu tập, chứ không dành cho những kẻ nhập tâm phương pháp tu tập sai.

Và *Định Vương Kinh* cũng dạy rằng: [3]

> Do đó, hãy nhiếp tâm tu tập. Vì sao? Thưa Hoàng Tử, bởi vì khi ngài tận tâm tu tập thì sẽ không khó đạt giác ngộ toàn hảo.

"Tu tập" có nghĩa là thực hành phương tiện về việc thành tựu quả vị Phật, nghĩa là tu tập Bồ-tát hạnh. Phần thứ nhất *Giai Trình Thiền* cũng dạy rằng:[1]

---

[1]BA144 *Ārya-maitreya-vimokṣa* {*Di-lặc Giải Thoát,* bản Anh ngữ tựa là *Cuộc Đời của Di-lặc*} được trích dẫn trong LRCM: 284.10. Khangkar tham chiếu đến D44: A324a5-7.

[2]BA145 *Gayā-śīrṣa* {*Gayā Sơn Đỉnh Kinh* bản Anh ngữ tựa đề là *Gayā Đệ Nhất* (*Nghĩa*) *Kinh*} D109: Ca 291b3-4. Đoạn trích được tìm thấy trong Bk1, Tucci 1958: 502-503, D3915: Ki 25a6.

[3]BA146 Trích dẫn tìm thấy trong Bk1, Tucci 1958: 502-504; D3915: Ki 25a7-bl. Cf. *Samādhi-rāja-sūtra.* {*Định Vương Kinh*} Vaidya 1961a: 54; D127: Da 28b6-7.

> Các bậc Bồ-tát, đã phát tâm Bồ-đề, hiểu rằng nếu không tự thuần dưỡng cho mình thì sẽ không thể thuần dưỡng người khác và do đó, tu tập hạnh bố thí và các hạnh khác; không tu tập thì các ngài không thể đạt giác ngộ.

Và *Lượng Thích Luận* của ngài Pháp Xứng cũng dạy rằng:[2]

> Để loại bỏ khổ đau, các bậc đại bi
> Thực hành phương tiện;[341]
> Thật khó thuyết giảng về các phương tiện và kết quả của chúng
> Khi mà chúng vẫn còn ẩn tàng với các ngài.

Những người có tâm đại bi đối với kẻ khác có ước nguyện giúp các chúng sinh khác thoát khổ. Để làm việc này, với thiện tâm: "Cầu cho chúng sinh thoát khỏi đau khổ" vẫn không đủ; họ phải xúc tiến các phương tiện để biến điều này thành hiện thực. Giờ đây, nếu họ không trước tiên tiến hành các phương tiện đó, thì họ sẽ không thể giải thoát cho tha nhân. Do đó, nếu quý vị muốn đem lại lợi lạc của người khác, trước hết quý vị phải tự thuần dưỡng. Về điểm này, *Định Vương Kinh* dạy rằng quý vị phải tận tâm tu tập. Tu tập là học và rèn luyện các giới luật liên quan đến Bồ-tát giới sau khi quý vị đã thọ lãnh. Do đó, thật là quan trọng khi các ngươi không lầm lẫn chút nào về những gì đưa đến việc tận tâm tu tập.

ii) Chứng minh rằng quý vị sẽ không thể trở thành Phật bằng cách tu học một cách riêng biệt phương tiện hay trí huệ

---

[1]BA147 Bk1, Tucci 1958: 502-503; D3915: Ki 25a5-6.
[2]BA148 *Pramāṇa-varttika-kārikā*: 2.132; Miyasaka 1972: 20-21.

Ước muốn đạt quả vị Phật vẫn chưa đủ; quý vị phải thực hành phương tiện biến nó thành hiện thực. Phương tiện này không được sai lạc vì dù cho có nỗ lực đến đâu chăng nữa trên con đường sai lạc thì quý vị sẽ không thể nào gặt hái được kết quả; điều này cũng giống như là vắt một cái sừng với hy vọng lấy được sữa. Phương tiện, cho dù có đúng, nhưng nếu không hoàn thiện trong tất cả các đặc tính cụ thể, thì việc nỗ lực cũng chẳng thể mang lại kết quả cũng giống như thiếu giống, nước, đất hay các yếu tố tương tự sẽ ngăn không cho cây giá mọc lên. Do đó, phần thứ nhì của *Giai Trình Thiền* dạy rằng:[1]

> Nếu các ngươi nghiêm túc nỗ lực lên một nguyên nhân sai lạc, thì dù với một khoảng thời gian rất lớn cũng sẽ cũng sẽ không mang lại kết quả mong muốn, cũng giống như vắt sữa một cái sừng vậy. Không thể có quả từ một phức hệ nguyên nhân không đầy đủ, cũng giống như cây giá không thể mọc nếu thiếu giống chẳng hạn. Do đó, người nào muốn đạt kết quả thì phải phụ thuộc vào các nhân và duyên đầy đủ và không sai sót.

Vậy thì bộ nhân duyên đầy đủ và đúng đắn đó là gi? *Đại Nhật Chánh Giác Thuyết Danh Pháp Phương Tiện* (*Mahā-vairocanābhisaṃbodhi-nāma-dharma-paryāya*) dạy rằng:[2]

> Này các Mật Vương, trí tuệ siêu phàm của toàn giác {nhất thiết trí} đến từ lòng từ bi như nền tảng của nó. Điều đó đến từ tâm Bồ-đề như là nhân. Thành tựu viên mãn được nhờ phương tiện. [342]

---

[1]BA149 Bk2, D3916: Ki 42a4-5.

[2]BA150 *Mahā-vairocanāsaṃbodhi-vikurvitādhiṣṭhāna-vaipulya-sūtrenda-rāja-nāma-dharma-paryāya,* D494: Tha 153a5. Trích dẫn từ Bkl, Tucci 1958: 507; D3915: Ki 27b5-6.

Liên quan đến điều này, tôi đã thuyết giảng về tâm từ bi. Nhà tiên phong vĩ đại Liên Hoa Giới (skt. Kamalaśīla) đã giảng rằng 'tâm Bồ-đề' là cả Bồ-đề tâm tối hậu lẫn Bồ-đề tâm tương đối, cũng như "phương tiện" là tất cả các công hạnh như bố thí và vv....

Lập trường đối nghịch: Một số người như Ha-Shang (Hva-shang) {tên dịch nghĩa là *Hoà Thượng*}Trung Quốc đã có một ý niệm sai lầm về lộ trình của hai loại tâm Bồ-đề, nói rằng bất kỳ ý tưởng nào, dù là thiện hay ác, cũng đều trói buộc chúng ta vào luân hồi, như vậy, hậu quả của nó không vượt thoát khỏi luân hồi. Điều này cũng giống như bị cột trói bằng sợi dây vàng hoặc sợi dây bình thường, hay tựa như mây trắng hoặc mây đen che phủ bầu trời, hay như là nỗi đau do bị cắn bởi một con chó trắng hoặc chó đen. Do đó, hãy trụ tâm trong trạng thái thiếu vắng bất kỳ tư tưởng nào là con đường để đạt quả vị Phật tương lai. Các thiện hạnh như bố thí hay trì giới được dạy cho những người kém thông minh, không có khả năng thiền quán về sự tối hậu [tính Không]. Xúc tiến các tu tập này sau khi các ngươi đã tìm thấy điều tối hậu cũng giống như vua rời ngai vàng làm dân giả hay tìm con voi trước rồi tìm dấu chân nó sau. Ha-Shang đã cố gắng chứng minh lập thuyết này bằng cách trích dẫn tám mươi đoạn kinh tán dương trạng thái tâm thức thiếu vắng bất kỳ tư tưởng nào này.

Đáp: Câu nói của Ha-Shang: "Mọi thứ được tiến hành bằng phương tiện không phải đạo pháp thực thụ để thành Phật" là sự chối bỏ lớn về tục đế. Và bởi vì ông ta đã bác bỏ việc phân tích bằng trí huệ phân biệt thực tại vô ngã, vốn là giáo lý trung tâm của Đấng Chiến Thắng, nên ông ta đã xa rời hệ thống liễu nghĩa.[1] Đại Bồ-tát Liên Hoa Giới một cách xuất sắc đã trích dẫn

---

[1]Liễu nghĩa là ý nghĩa tối hậu tuyệt đối không sai sót đó là chân lý tối hậu. Về phần *kinh luận liễu nghĩa*, các kinh luận được hiểu chính xác theo nghĩa đen không cần có thêm các diễn giải hay suy diễn

rất nhiều kinh điển và biện luận chặt chẽ lược yếu về tà kiến cho rằng đạo pháp siêu phàm bao gồm việc bình ổn tâm trong một trạng thái thiếu vắng bất kỳ ý tưởng nào. Sự an trú tâm này chỉ là một thực hành được xếp loại một cách đúng đắn vào trong một lớp về định từ thiền, bất kể nó cao cấp đến thế nào đi chăng nữa. Sau đó, ngài viết rất chi tiết con đường tu chân chính làm đẹp dạ chư Phật. [343]

Tuy nhiên, vẫn còn có kẻ chỉ tiếp tục lặp lại những việc mà Ha-shang đã làm, bởi vì thời mạt pháp đã gần kề, bởi vì những bậc hiền giả, trước đây, thông qua các kinh điển liễu nghĩa[1] và sự suy luận chính xác, đã khẳng định chắc chắn các điểm then chốt của đường tu trong toàn thể là không còn thêm bớt, bởi vì phước đức của chúng sinh quá mỏng manh, và bởi vì có nhiều người thiếu niềm tin vào giáo pháp và thiếu thông tuệ. Một số người xem thường công hạnh, vốn là một phần của đường tu – bao gồm các giới luật và những thứ tương tự cần hành trì – loại bỏ chúng khi tu tập đạo pháp; một số người khác không chấp nhận tà kiến, bác bỏ yếu tố phương tiện của Ha-shang nhưng lại khẳng định rằng quan điểm triết học của ông này là tuyệt vời; và cũng có những người bỏ trí tuệ phân biệt sang một bên rồi cho rằng thiền không suy tư của Ha-shang là tốt nhất.

được xem là kinh liễu nghĩa. Các kinh không liễu nghĩa thường được gọi là *kinh diễn nghĩa* vì cần có sự giảng giải và suy diễn thêm về nội dung của kinh cho phù hợp với tôn chỉ. Như vậy các kinh liễu nghĩa được hiểu là kinh văn nói về thực tại tối hậu mà không cần thêm các suy diễn. Tùy theo cách nhìn nhận chân lý tối hậu, có khi một kinh là liễu nghĩa đối với bộ phái này lại trở thành diễn nghĩa với bộ phái khác. Chẳng hạn bộ kinh *Bát-nhã Ba-la-mật-đa* là kinh liễu nghĩa của phái Trung Quán thì lại được xem là kinh cần có sự diễn nghĩa theo phái Duy Thức.

[1]BA151 *Mahā-vairocanāsaṃbodhi-vikurvitādhiṣṭhāna-vaipulya-sūtrenda-rāja-nāma-dharma-paryāya,* {*Đại Nhật Phật Thuyết Yếu Lược Niệm Tụng Kinh*} D494: Tha 153a5. Trích dẫn từ Bkl, Tucci 1958: 507; D3915: Ki 27b5-6

Đường tu của những người này thực ra không hề theo hướng hay tiếp cận với thiền lên tính Không. Nhưng ngay cả khi quý vị cho rằng đấy là thiền quán tính Không, thì quý vị không nên tiếp tục nói rằng những ai đã có tri kiến đến được từ việc nuôi dưỡng một phương pháp hành thiền không sai sót, sau khi họ đã tìm thấy ý nghĩa đích thực của tính Không, thì {họ} hãy nên đơn thuần thiền lên tính Không và "đừng nuôi dưỡng các trạng thái thông lệ của tâm gắn liền với các công hạnh", hay, "không cần phải nỗ lực trên những trạng thái tâm thức thông lệ ấy theo nhiều cách khác nhau và phát triển chúng như là thực hành cốt lõi". Nói như vậy là mâu thuẫn với tất cả kinh điển và hoàn toàn phi lý bởi vì mục tiêu của hành giả Đại thừa là vô trụ xứ niết-bàn. Để làm được điều này, quý vị phải thành tựu vô trụ tâm trong cõi luân hồi bằng tuệ giác hiểu biết thực tại, các giai đoạn của đạo pháp dựa trên "đường tu thâm diệu" tối hậu, tập hợp tuệ giác siêu việt, điều được gọi là "yếu tố trí huệ". Quý vị cũng phải thành tựu vô trụ an tịnh, tức niết-bàn thông qua tuệ giác hiểu biết tính phân hoá của pháp, các giai đoạn của đường tu dựa trên các chân lý ước lệ, dựa trên lộ trình tu quảng đại, sự tích lũy công đức, điều được gọi là "yếu tố phương tiện".[344] Do đó, *Như Lai Bất Khả Tư Nghì Mật Thuyết Kinh* (*Tathāgata-acintya-guhya-nirdeśa-sūtra*) dạy rằng:[1]

> Việc huân tập trí huệ siêu phàm đoạn diệt phiền não. Việc huân tập công đức nuôi dưỡng mọi chúng sinh. Bạch Thế Tôn, vì thế, các đại Bồ-tát phải tinh tấn huân tập cả trí huệ siêu phàm lẫn công đức.

---

[1]BA152 Trích dẫn từ *Ārya-tathāgata-acintya-guhya-nirdeśa-nāma-mahāyānā-sūtra* {*Như-lai Bất Khả Tư Nghì Mật Thuyết Đại Thừa Kinh*} D47, có từ phần thứ ba của *Bhāvana-krama* {*Giai Trình Thiền – quyển hạ*} (Bk3), Tucci 1971:12; D3917: Ki 61a2-3.

Hư Không Bảo Vấn Kinh (*Gagana-gañja-paripṛcchā-sūtra*) dạy rằng:[1]

> Với sự hiểu biết về trí huệ, ngươi đã hoàn toàn đoạn diệt mọi phiền não. Với sự hiểu biết về phương tiện, ngươi đã thu nhiếp toàn bộ chúng sinh.

Giải Thâm Mật Kinh (*Saṃdhinirmocana Sūtra*) dạy rằng:[2]

> Hoàn toàn quay lưng với lợi ích của tất cả chúng sinh và bỏ tham gia các hành vi có động cơ {vào việc làm lợi ích cho chúng sinh} – Ta chẳng hề dạy đây là sự giác ngộ vô thượng và hoàn hảo.

Duy-ma-cật Sở Thuyết Kinh (*Vimalakīrti-nirdeśa-sūtra*) dạy chi tiết:[3]

> Cái gì là sự câu thúc cho các vị Bồ-tát và cái gì là sự giải thoát của họ? Sự bám chấp lang thang khắp cõi luân hồi mà không có phương tiện là sự câu thúc cho một vị Bồ-tát; đi trong cõi luân hồi mà có phương tiện là sự giải thoát. Sự tham luyến lang thang khắp cõi luân hồi mà thiếu trí huệ là

---

[1]BA153 *Ārya-gagana-gañja-paripṛcchā-nāma-mahāyānā-sūtra* {*Hư Không Bảo Vấn Đại Thừa Kinh*} D148: Pa 253b6; Bk2, D3916: Ki 53bl-2.

[2]BA154 *Ārya-saṃdhi-nirmocana-nāma-mahāyānā-sūtra* {*Định Giải Thoát Đại Thừa Kinh*} D106: Ca 19b6-7; đã dẫn trong Bk2, D3916: Ki 53b2-3 và Bk3, Tucci 1971: 22; D3917: Ki 64b7-65al.

[3]BA155 *Ārya-vimalakīrti-nirdeśa-nāma-mahāyānā-sūtra* {*Duy-ma-cật Sở Thuyết Đại Thừa Kinh* – chữ Vimalakīrti, tức Duy-ma-cật còn được dịch nghĩa là *Tịnh Xưng*} D176: Ma 201a7-b2; đã trích dẫn trong Bkl, Tucci 1958: 504; D3915: Ki 25b3; Bk2, D3916: Ki 52b4-5; và Bk3, Tucci 1971: 22; D3917: Ki 65a2-4. Phần trước là một đoạn trích.

> sự câu thúc một vị Bồ-tát; đi trong cõi luân hồi mà có trí huệ là sự giải thoát. Trí huệ không được kết hợp với phương tiện là sự câu thúc; trí huệ kết hợp với phương tiện là giải thoát. Phương tiện không được kết hợp với Trí huệ là sự câu thúc; phương tiện kết hợp với trí huệ là giải thoát.

Do đó, khi quý vị đang đi trên lộ trình, ngay tại thời điểm mong cầu quả Phật, quý vị phải phụ thuộc vào cả phương tiện lẫn trí huệ; nếu chỉ có một trong hai thì quý vị sẽ không thể thành tựu được. *Gayā Sơn Đỉnh Kinh* dạy rằng:[1]

> Nếu các ngươi tóm lược các đạo pháp của các Bồ-tát thì sẽ có hai. Hai lộ trình này là gì? Phương tiện và trí huệ. [345]

Cát Tường Tối Thắng Bản Sơ Vương Kinh (*Śri-paramādya-kalpa-rāja*) dạy rằng:[2]

> Trí huệ Bát-nhã là mẹ. Thiện xảo trong phương tiện là cha.

Và *Ca-diếp Phẩm* cũng dạy rằng:[3]

> Này Ca-diếp, như thế này. Giống như các vị Vương gia thực thi trách nhiệm cai quản của hoàng gia theo lời tấu trình của quần thần, thì trí huệ Bồ-tát kết hợp với phương tiện thiện xảo thực thi các hành động của một vị Phật.

---

[1]BA156 *Gayā-śīrṣa* D109: Ca 288b7-289al; cited in Bkl, Tucci 1958: 505; D3915: Ki 25a6; Bk2, D3916: Ki 52b3-5.

[2]BA157 *Śri-paramādya-nāma-mahāyānā-kalpa-rāja* {*Cát Tường Tối Thắng Đại Thừa Bản Sơ Vương*} D487: Ta 2. Trích từ Bk2, D3916: Ki 52b3-4.

[3]BA158. *Ārya-kāśyapa-parivarta-nāma-mahāyānā-sūtra* {*Ka-diếp Phẩm Đại Thừa Kinh*} D87: Cha 129a6; đã dẫn trong Bk2, D3916: Ki 52a6; Bk3, Tucci 1971: 27; D3917: Ki 67b2-3.

Do đó, hãy hành thiền lên tính Không, vốn có ưu thế tuyệt đối đối với sự kết hợp toàn diện, nghĩa là tính Không được viên mãn trong tất cả các mặt của phương tiện – bao gồm bố thí và vv.... Nếu chỉ hành thiền lên tính Không một cách cô lập, quý vị sẽ không bao giờ đặt chân trên con đường Đại thừa được. *Bảo Đỉnh Sở Vấn Kinh* (*Ratna-cūḍā-sūtra*) dạy về điều này rất chi tiết:[1]

> Sau khi ngươi đã khoác lên mình áo giáp yêu thương và tự đặt mình trong trạng thái đại bi thì hãy ổn định tâm trong thiền lên tính Không hiện tiền, vốn có uy thế tối cao là trạng thái kết hợp được với tất cả các phương diện. Vậy tính Không vốn có uy thế tối cao là là trạng thái kết hợp được với mọi phương diện đó là gì? Đó là tính Không không xa lìa bố thí, không xa lìa trì giới, không xa lìa nhẫn nhục, không xa lìa tinh tấn, không xa lìa thiền định, không xa lìa trí huệ và không xa lìa phương tiện.

Tối Thượng Mật điển luận bình luận về đoạn chánh văn này như sau:[2]

> Bố thí, trì giới, nhẫn nhục và vv... là họa sĩ; Tính Không tối thượng trong mọi phương diện được nói như chân dung.

---

[1]BA159 *Ārya-ratna-cūḍā-paripṛcchā-nāma-mahāyānā-sūtra* {*Bảo Đỉnh Sở Vấn Đại Thừa Kinh*} D91: Cha 120b2-4; đã trích trong Bk2, D3916: Ki 51bl and *śikṣāsamuccaya* {*Bồ-tát Học Luận*}, Vaidya 1961b: 145; D3940: Khi 150bl-2.

[2]BA160 RGV: 1.92; P5525:25.5.2-3. Ẩn dụ ban đầu nói đến bức tranh thân thể một phụ nữ. Bố thí, trì giới, nhẫn nhục, và vân vân là các nét phát hoạ {*lekhakā*} với với các sắc và Không vốn có uy quyền tối cao của trạng thái liên quan đến tất cả các phương diện của thân (*pratimā*) mà được tô điểm bằng màu sơn của thân thể.

Đoạn văn này so sánh sự tương tự về việc tập hợp một nhóm hoạ sĩ để vẽ chân dung vua. Một người biết vẽ cái đầu chứ không biết vẽ chi tiết khác, người kia biết vẽ cái tay chứ không biết vẽ cơ quan khác. Nếu vắng một hoạ sĩ thì sẽ không thể hoàn thành bức tranh. Chân dung nhà vua được ví như tính Không và các họa sĩ được ví như hạnh bố thí và vv.... Do đó, nếu phương tiện, tức hạnh bố thí và vv..., không đầy đủ thì như là chân dung bị cắt mất đầu hay tay chân. [346]

Xa hơn nữa, lấy tính Không cô lập làm đối tượng thiền và nói: ”Chẳng cần nuôi dưỡng điều chi khác” diễn tả một ý tưởng mà đức Thế Tôn cho là một quan điểm bị chống đối, và do đó, đã bác bỏ nó. Nếu lời phát biểu này đúng, thì sự hành trì trong nhiều kiếp lượng của một Bồ-tát về bố thí, giới luật, vv..., là sự hành trì trí huệ sai lạc, sẽ không hiểu biết được liễu nghĩa {ý nghĩa về thực tại tối hậu}, như đức Thế Tôn đã dạy trong *Nhất Thiết Quảng Phá Tập Kinh* (*Sarva-vaidalya-saṃgraha-sūtra*):[1]

> Này Di-Lặc, những kẻ dại dột chủ định bác bỏ các hạnh Ba-la-mật-đa khác, do đó, sẽ nói về việc tu tập đúng đắn sáu hạnh Ba-la-mật-đa của các Bồ-tát nhằm đạt giác ngộ như: ”Các Bồ-tát chỉ cần tu trí huệ mà thôi, những hạnh còn lại đều vô dụng”. Vô Năng Thắng (skt. Ajita) [Di-Lặc], ngươi nghĩ sao? Thế thì vua xứ Kasi [một tiền kiếp của đức Thích-ca-mâu-ni] thực hành trí huệ sai lạc khi ông đem của thịt mình cho diều hâu ăn để cứu bồ câu?
> Di-lặc đáp: “Bạch Thế Tôn, không phải vậy”. Đức Thế Tôn tiếp tục: “Này Vô Năng Thắng, khi ta tu tập Bồ-tát hạnh, phải chăng các gốc rễ của công hạnh mà ta đã huân tập – bao gồm các gốc rễ của công hạnh đi cùng với lục độ – có gây hại cho ta không?”

---

[1] BA161 *Ārya-arva-vaidalya-saṃgraha-nāma-mahāyānā-sūtra* {*Nhất Thiết Quảng Phá Tập Kinh*}: Dza 183a3-7.

Di-lặc đáp: "Bạch Thế Tôn, không phải thế". Thế Tôn tiếp: "Vô Năng Thắng, cho đến nay, ngươi đã tu tập hạnh bố thí hơn sáu mươi kiếp, ngươi đã tu tập hạnh trì giới hơn sáu mươi kiếp, ngươi đã tu tập hạnh nhẫn nhục hơn sáu mươi kiếp, ngươi đã tu tập hạnh tinh tấn hơn sáu mươi kiếp, ngươi đã tu tập thiền định hơn sáu mươi kiếp, ngươi đã tu tập trí huệ hơn sáu mươi kiếp, theo vậy, những kẻ dại dột kia lại nói rằng chỉ đạt giác ngộ bằng con đường duy nhất là con đường của tính Không. [347] Cách hành trì của họ hoàn toàn bất tịnh.

Do đó, nói rằng: "Thật không cần thiết cho người đã hiểu biết tính Không để nỗ lực chăm chỉ tu dưỡng phương tiện" là một ý kiến từ khước thật sai lầm, hậu quả {của điều khẳng định này} là: "Các thời tiền kiếp thánh thiện của đức Tôn Sư của chúng ta", đã là những lúc mà ngài không hiểu biết về liễu nghĩa.

Lập trường đối nghịch: Việc trì hạnh bố thí, vv..., theo nhiều cách khác nhau chỉ là khi ngươi chưa thấu hiểu tính Không. Nếu ngươi đã có tri kiến về tính Không một cách vững chắc thì việc này không cần thiết.

Đáp: Đây là một tà kiến. Nếu nó đúng thì những đứa con của chư Phật {ám chỉ các Bồ-tát} nào đã chứng các quả vị cao thâm và ngộ được tuệ giác vô niệm[1] siêu việt có thể hiểu biết được chân lý tối hậu, và đặc biệt là các đệ bát địa Bồ-tát, vốn điều khiển được tuệ giác vô niệm, sẽ không cần tu tập Bồ-tát hạnh. Điều này là không đúng vì *Thập Địa Kinh* (*Daśa-bhūmika-sūtra*) dạy rằng tuy trên mỗi quả vị, có sự nhấn mạnh riêng cho từng hạnh, như bố thí chẳng hạn, nhưng điều này không có nghĩa là các ngài không tu tập các hạnh khác; nên, người ta nói

---

[1]BA156 *Gayā-śīrṣa* D109: Ca 288b7-289al; cited in Bkl, Tucci 1958: 505; D3915: Ki 25a6; Bk2, D3916: Ki 52b3-5.

rằng các ngài đều tu tập cả sáu hay mười hạnh Ba-la-mật-đa trên mỗi quả vị. Hơn nữa, bởi vì các ngài Vô Năng Thắng [Di-Lặc], Long Thọ, và Vô Trước đã giảng kinh theo cách này, thật không thể diễn dịch theo cách khác được.

Một cách cụ thể, các Bồ-tát đoạn diệt mọi phiền não ở quả vị thứ tám. Do đó, khi các ngài an định lên sự tối hậu, nơi mà các ngài đã đoạn diệt tất cả các diễn tưởng[1], chư Phật khích lệ và giải thích rằng các ngài phải tu tập Bồ-tát hạnh: "Duy chỉ với tri kiến về tính Không này thì các ngươi không thể trở nên giác ngộ bởi vì Thanh văn và Duyên giác cũng đã thành tựu vô phân biệt trí". Hãy nhìn thân bất khả tư lường {không thể đo đạc được} của ta, trí huệ siêu việt bất khả tư lường của ta, cảnh giới bất khả tư lường của ta và vv.... Các ngươi cũng không có năng lực của ta và vv.... Hãy hoan hỷ nỗ lực để thành tựu những thuộc tính như vậy. Nhưng đừng buông bỏ sự kiên trì này [thiền quán tính Không] và vv.... [348] Tự hài lòng với một tầng thiền định thứ yếu nào đó và bỏ qua các pháp tu khác là điều bị các học giả chế nhạo. *Thập Địa Kinh* dạy rằng:[2]

---

[1]Nhắc lại, thuật ngữ Anh là elaboration. Đây là một loại tiến trình định danh của tâm nhằm thêm thắt, diễn giải và mở rộng một cảm nhận sau khi các thức thụ cảm nhận thông tin từ đối tượng bên ngoài vốn đang hoàn toàn khách quan không nhị nguyên.

[2]Vô niệm, phi định danh, hay vô phân biệt (eng. Nonconceptual, skt. avikalpa) là trạng thái mà tâm thức ngưng không còn các nỗ lực hay dụng công định danh (eng. conceptual) hay không còn có sự phân biệt nhị nguyên. Trạng thái định danh là trạng thái mà tâm đưa ra sự phân biệt, xác định, gán tên, khái niệm, so sánh ... lên các đối tượng mà tâm đang tương tác (hay đang nghĩ đến). Như vậy trạng thái định danh này chỉ hiện hữu khi có sự tham gia của ý thức. Đối với năm thức còn lại (bao gồm nhãn, nhĩ, tỉ, thiệt và thân thức) thì vì chúng không thể chủ động có quá trình định danh nên các thức này được xếp vào loại vô niệm. Do đó, chỉ có trong ý thức mới có sự phân chia làm hai loại phi định danh và định danh. Ví dụ kinh điển sau đây minh hoạ về hai loại định danh và phi định danh:

Hãy lắng nghe! Có những đứa con của chư Phật, các Bồ-tát, những ai vốn đã an trú ở Bất động địa [địa thứ 8], vốn đã phát khởi năng lực nguyện cầu trước đó, và những ai đã an định trong "dòng nhập giáo pháp" [thiền lên tính Không]. Các Đấng Thế Tôn đã thành tựu những điều đó. Một trí huệ siêu việt Như Lai đã dạy: "Hỡi những đứa con của truyền thừa chính pháp, lành thay, lành thay! Mục tiêu này – bao gồm tri kiến về tất cả các phẩm chất Phật – là sự nhẫn nhục của liễu nghĩa. Tuy vậy, các ngươi chưa có được mười năng lực của ta[1], vô uý và vv..., các phẩm chất Phật trong toàn bộ

Thức thụ cảm như người câm mà chỉ thấy – ý danh định như kẻ nói nhưng lại mù. Xem thêm *Six consciousnesses*. Rigpa Shedra. Truy cập 17/09/2011. <http://www.rigpawiki.org/index.php?title=Six_consciousnesses>

[1]Còn gọi là Thập Phật Lực theo cách định nghĩa của Kim Cang thừa bao gồm: (1) *mệnh lực* – khả năng từ bỏ hay duy trì sự sống tuỳ ý trong vô hạn kiếp lượng; (2) *tâm lực* – điều khiển được trạng thái thiền theo ý muốn; (3) *pháp giới lực* – có thể hiện thực hoá sự phong phú của chư thiên, Bồ-tát, hay người như ý. Đây là kết quả của hạnh bố thí; (4) *hành lực* – có năng lực hoàn tất những gì mình muốn; (5) *sinh lực* – có năng lưc thị hiện các loại ra đời khác nhau tuỳ ý ở bất kỳ đâu sắc tướng nào. Đây chủ yếu là kết quả của hạnh trì giới; (6) *nguyện lực* – có khả năng hoàn thành các ước nguyện của các đệ tử. Đây là kết quả của hạnh nhẫn nhục tương ứng với ước nguyện trong tu tập đạo pháp của đệ tử; (7) *cầu lực* – khả năng hoàn thành các cầu xin của người cầu nguyện. Đây là kết quả của hạnh tinh tấn; (8) *Diệu lực* – Có năng lực không bị trở ngại để hiển thị các điều kì diệu. Đây là kết quả của hạnh thiền định; (9) *Tuệ lực* – Sở hữu đại trí huệ thấy biết không bị ngăn trở, dính mắc và có thể thấy biết xuyên suốt quá khứ, hiện tại, vị lai; (10) *Pháp lực* – có năng lực không bị trở ngại để giáo huấn theo ước muốn của các đệ tử bao gồm tất cả các hình thức biệt truyền trong 12 loại kinh điển. Hai năng lực thứ 9 và thứ 10 là kết quả của trí huệ. *Ten Powers*. Rigpa Shedra. Truy cập 11/09/2011.

sự phong phú của chúng. Hãy nhẫn nhục một cách hỷ lạc trong việc truy tầm các phẩm chất tối hảo {Ba-la-mật-đa} này. Đừng buông bỏ lối vào nhẫn nhục này [thiền quán tính Không]. Hỡi những đứa con của dòng chính pháp, mặc dù các ngươi đã thành tựu an tĩnh và giải thoát, hãy nghĩ đến các phàm phu, các kẻ non dạ, vốn không có được chút bình an trong tâm hồn và luôn bị các cảm xúc phiền não khác nhau chi phối. Hỡi những đệ tử của dòng chính pháp, hãy nhớ lại các cầu nguyện trước đây, điều mà các ngươi phải đạt đến vì lợi lạc của chúng sinh, và cửa ngỏ bất khả tư lường đến trí huệ siêu phàm. Lại nữa, hỡi những đứa con của dòng chính pháp, đây là thực tại của các pháp. Dù cho có Như Lai hay không, pháp giới của thực tại vẫn ở đấy; đó là tánh Không pháp, sự bất liễu tri mọi thứ. Như Lai không chỉ nổi bật chỉ vì điều này; tất cả các bậc Thanh văn và Duyên giác cũng đã thành tựu được bản chất thật vô niệm này. [349] Lại nữa, hỡi những đứa con của dòng chính pháp, hãy nhìn thân bất khả tư lường của ta, tuệ giác siêu phàm bất khả tư lường của ta, Phật giới bất khả tư lường của ta, sự giác ngộ về trí huệ bất khả tư lường của ta, hào quang bất khả tư lường của ta, và tịnh âm bất khả tư lường của ta – và hãy tạo ra các thứ tương tự cho chính ngươi.

Thập Địa Kinh cũng đưa ra một hình ảnh về một con tàu dong ruổi ra khơi dưới một luồng gió thuận lợi.[1] Hành trình mà nó đi được trong một ngày vượt xa ngay cả hành trình nó đi qua trong

---

<http://www.rigpawiki.org/index.php?title=Ten_powers>.
So sánh thêm với khái niệm Thập Phật trí đề cập khả năng tri kiến của một vị Phật bao gồm: (1)Tam thế trí (2) Phật Pháp trí (3) Pháp giới vô ngại trí; (4) Pháp giới vô biên trí; (5) Sung mãn nhứt thiết thế giới trí; (6) Phổ chiếu nhứt thiết thế giới trí; (7) Trụ trì nhứt thiết thế giới trí; (8) Tri nhứt thiết chúng sanh trí; (9) Tri nhứt thiết pháp trí; (10) Tri vô biên chư Phật trí.

[1]BA163 Ibid.: 242al-5.

một trăm năm sau khi xuất phát từ một bến cảng đứng gió và phải nỗ lực để di chuyển nó. Tương tự vậy, kinh dạy rằng sau khi đã thành tựu đệ bát địa, chỉ trong thoáng chốc mà không cần nỗ lực vượt bực, các ngươi sẽ đi được một chặng đường đến nhất thiết trí, vốn không thể thành tựu trước khi đạt quả vị này, ngay cả khi các ngươi tinh tấn tu tập suốt một trăm ngàn kiếp. Do đó, các ngươi sẽ tự lừa dối mình khi nói rằng "Ta có con đường tắt" và sau đó không tu tập Bồ-tát hạnh.

Lập trường chống đối: Tôi không khẳng định rằng hạnh bố thí, vv..., là không cần thiết, đúng hơn là chúng hoàn toàn hiện diện trong trạng thái tâm thức không có ý tưởng, bởi vì sự thiếu vắng chấp thủ vào người cho, vật cho, và người nhận làm cho hạnh bố thí vô phân biệt hoàn toàn hiện diện. Và cũng như vậy, các hạnh còn lại cũng hoàn toàn hiện diện. Mặt khác, các kinh văn cũng dạy rằng ngươi phải tu tập tổng hợp tất cả sáu hạnh Ba-la-mật-đa trong từng hạnh một.

Đáp: Nếu chúng hoàn toàn hiện hữu trong một trạng thái tâm thức không có tư tưởng thì khi các thiền giả *không* theo Phật giáo ở trạng thái cân bằng thiền và ngay cả trạng thái nhất tâm của định, thì tất cả các Ba-la-mật-đa sẽ hiện diện đầy đủ bởi vì họ không chấp thủ vào người cho, vật cho, hay người nhận. Đặc biệt là các bậc Thanh văn và Duyên giác chứng ngộ bản chất chân thật, như đã trích dẫn trước đây từ *Thập Địa Kinh*, tất cả các hạnh Bồ-tát sẽ hoàn toàn hiện diện và như vậy, thật là vô lý vì họ lại trở thành các hành giả Đại thừa. Và nếu ngươi khẳng định chỉ tu tập một hạnh là đủ bởi vì các kinh văn thuyết rằng tất cả sáu hạnh Ba-la-mật-đa được thu nhiếp trong mỗi hạnh thì, bởi vì các kinh cũng thuyết rằng cả sáu hạnh đều hiện diện ngay cả khi cúng dường maṇḍala trong lúc tụng câu kệ đầu "Hòa phân bò vào với nước và vv..." nên chỉ cần thực hiện việc này thôi là đủ. [350]

Các {Bồ-tát} hạnh thấm nhuần quan điểm triết học và trí tuệ thấm nhuần phương tiện có thể được hiểu qua sự tương tự sau. Khi một người mẹ đau đớn vì cái chết của đứa con yêu quý của mình xúc tiến chuyện trò và hoạt động với người khác thì những tình cảm mà bà thổ lộ không loại trừ được sức mạnh của ưu phiền. Tuy nhiên, không phải mọi cảm xúc mà bà thổ lộ nhất thiết phải là ưu phiền. Cũng như vậy, nếu tuệ giác thấu hiểu tính Không rất mạnh mẽ, mặc dù các tâm trạng liên can với bố thí, tỏ lòng tôn kính, đi nhiễu hay tụng niệm không phải là tư tưởng về tính Không, thì điều này vẫn không loại trừ việc quý vị liên can đến chúng trong khi được phú cho tiềm năng hay năng lực về việc nhận biết của tính Không. Ví dụ như khi bắt đầu nhập thời thiền, nếu trước tiên, quý vị phát khởi tâm giác ngộ rất mạnh mẽ thì tâm Bồ-đề này sẽ không có một cách hiển lộ khi mà sau đó quý vị nhập vào cân bằng thiền trong một sự tập trung lên tính Không. Tuy nhiên, điều này không ngăn trở sự tập trung được thấm nhuần bởi thế năng của tâm giác ngộ đó.

Đây là thứ vốn được tham chiếu đến bởi thuật ngữ “bố thí không dính mắc”. Đây không phải là sự thiếu vắng hoàn toàn một thái độ rộng lượng, trong đó bố thí không thể thuận duyên. Hãy hiểu các hạnh còn lại theo cách tương tự. Hãy biết rằng đó là cách thức khiến phương tiện và trí huệ không thể tách rời nhau.

Hơn nữa, quý vị không nên hiểu nhầm các tuyên thuyết cho rằng các pháp trong cõi luân hồi như thân thể, các nguồn năng hay tài lực và tuổi thọ của quý vị là kết quả của việc tích lũy công đức; các pháp đó cũng thiếu vắng phương tiện thiện xảo và trí huệ. Khi sự tích lũy công đức đó hòa quyện với các thứ này thì thật hoàn toàn thích hợp để chúng làm các nguyên nhân của sự giải thoát và nhất thiết trí. Có vô số đoạn kinh văn nói như vậy, như các câu sau từ *Bảo Hành Vương Chính Luận*: [1]

---

[1] BA164 Ra: 3.12; Hahn 1982: 74-75.

> Tóm lại, sắc thân
> Tâu Đại vương, được sinh ra từ sự tích lũy công đức.

Xa hơn nữa, dường như quý vị đang nói rằng tất cả các hành vi bất thiện và phiền não, vốn là nhân cho những cảnh giới thấp đôi khi có khả năng trở thành nhân cho quả Phật, và các hạnh, như bố thí hay trì giới chẳng hạn, vốn dẫn đến tái sinh ở những cảnh giới cao, lại đưa đẩy vào cõi ta-bà, chứ không thể trở thành nhân cho quả Phật. Do đó, hãy tự trấn tỉnh trước khi phát ngôn. [351] Xin đừng hiểu nhầm ý nghĩa của những lời sau đây từ kinh điển:[1]

> Hành trì sáu Ba-la-mật-đa, như hạnh bố thí chẳng hạn, là hoạt động ma quỷ.

Từ *Tam Uẩn Kinh* (*Tri-skandha-sūtra*):[2]

> Hãy sám hối các điều sau: Sa sút từ mức độ về sự tồn tại khách quan và việc bố thí các tặng phẩm vật, việc giữ giới luật bởi vì tin tưởng vào ưu thế của giới luật và vv...

Và từ *Phạm Thiên Vấn Kinh* (*Brahma-pariprccha-sutra*)[3]

> Mọi phân tích đều là tư tưởng định danh; vô niệm là giác ngộ.

---

[1] BA165 Đã trích trong *Sūtra-samuccaya,* {*Kinh Điển Tập Luận*} D3934: Ki 163a6 and Bk3, Tucci 1971: 22-23; D3917: Ki 65a5-7.

[2] BA166. *Ārya-tri-skandha-nāma-mahāyānā-sūtra*, {*Tam Uẩn Đại Thừa Kinh*} D284: Ya 72M-2; cited in Bk3, Tucci 1971: 23; D3917: Ki 65b3-4.

[3] BA167 *Ārya-brahmā-viśesa-cinti-paripṛcchā-sūtra* {*Phạm Thiên Đặc Thù Tư Khảo Vấn Kinh*} D160: Ba 58b5; cited in Bk3, Tucci 1971: 23-24; D3917: Ki 65b5-7.

Ý nghĩa của đoạn kinh thứ nhất là các hạnh, như bố thí chẳng hạn, nếu có từ động cơ dính mắc vào hai loại ngã [nhân ngã và pháp ngã[1]] thì sẽ không thuần khiết và do đó được thuyết là "hoạt động ma quỷ". Đoạn kinh này không dạy rằng các hạnh, như bố thí và vv..., là hoạt động ma quỷ; nếu không, vì đoạn kinh văn đó đề cập đến tất cả các hạnh Ba-la-mật-đa, các ngươi cũng có thể khẳng định rằng các hạnh định và tuệ từ thiền cũng là hoạt động ma quỷ.

Đoạn kinh thứ hai có nghĩa là các Ba-la-mật-đa không tinh khiết {không thanh tịnh} bởi vì chúng đang bị thúc đẩy bởi sự chấp thủ và dạy rằng quý vị phải sám hối là đã phạm các hành vi này. Kinh không dạy rằng quý vị không được thực hành hạnh bố thí, vv...; bằng không, việc đề cập đến một sự sa sút đến mức độ về sự tồn tại khách quan như trong đoạn "Sa sút từ mức độ về sự tồn tại khách quan và bố thí các tặng vật" sẽ trở nên không cần thiết, và thay vào đó, kinh văn này sẽ khẳng định là "hãy sám hối việc bố thí nói chung", mà cụm từ này thật ra không hề được đề cập đến.

Phương pháp đối đáp này, được cấu trúc trong phần thứ ba {quyển hạ} của *Giai Trình Thiền*, nhấn mạnh một điểm cực kỳ quan trọng, bởi vì Ha-shang hiểu nhầm đoạn kinh này và khẳng định rằng toàn bộ các hành vi được đánh giá qua các biểu tướng, trong đó hành vi được tiến hành là sự nắm bắt {sự hiểu} lên các biểu tướng về một nhân ngã và pháp ngã. Nếu tất cả các tư

---

[1] Chấp vào nhân ngã có nghĩa là chấp vào sự tồn tại tự tính (hay nội tại, thiết yếu, nền tảng hay không phụ thuộc) của chúng sinh bao gồm thân-tâm hay các bộ phận của thân-tâm. Còn việc dính mắc vào pháp ngã tức là cho rằng có sự tự tính của các pháp (không dành cho tâm thức người) hay các bộ phận thuộc tính của chúng. Từ đây về sau chúng tôi sẽ dùng hai thuật ngữ này theo ý nghĩa như vừa giải thích.

tưởng định danh thiện đức – như thái độ rộng lượng khi nghĩ rằng, "Tôi sẽ cho cái này" và thái độ kiềm chế khi nghĩ rằng, "Tôi sẽ không làm điều bất thiện này" – đã đều là một sự nắm bắt lên một bản ngã của các đối tượng, {sự nắm bắt này} đang hiểu sai ba phạm trù [tác nhân, đối tượng, và người nhận], thì sẽ là đúng đắn và thích hợp rằng những ai tìm thấy quan điểm vô ngã của các đối tượng phải nên bác bỏ hoàn toàn các ý nghĩ định danh giống như là việc họ bác bỏ thù hận, cao ngạo, và vv..., và sẽ thật là sai lầm cho họ để nuôi dưỡng các thiện đức kia một cách có chủ đích. [352]

Giả sử mọi ý tưởng định danh, vốn nghĩ "Đây là cái này", đã là các khái niệm về ngã của các đối tượng vốn hiểu sai về ba phạm trù này, thì cứu xét thế nào về việc quán chiếu các phẩm chất của một vị thầy, về việc quán chiếu sự an lạc và thuận duyên, cái chết và sự khổ đau của các giới đau khổ, về việc rèn luyện tu tập quy y; về việc suy nghĩ cách thức một hành vi khởi sinh một hậu quả chắc chắn; về việc luyện tập từ bi và Bồ-đề tâm; và việc thực hành giới luật của việc xúc tiến Bồ-đề tâm? Bởi vì tất cả các đạo pháp này chỉ yêu cầu quý vị đem lại thuyết phục về một số tri kiến bằng cách nghĩ "Đây là cái này", "Cái này đến từ cái kia", "Cái này có phẩm chất tốt hoặc cái kia sai sót" quý vị sẽ tăng cường quan điểm của mình về cái ngã của các đối tượng tương ứng với sự vững tin của quý vị lên với các đạo pháp này. Ngược lại, quý vị sẽ trở nên kém chắc chắn về các đạo pháp tương xứng với một số tri kiến của tính vô ngã của các đối tượng mà quý vị có thể duy trì trong thiền định. Như vậy, yếu tố hành vi và yếu tố tri kiến sẽ loại trừ lẫn nhau, giống như nóng và lạnh; và sau đó quý vị sẽ không bao giờ phát triển được một sự vững tin mạnh mẽ và vững bền về cả tri kiến lẫn hành vi.

Do đó, về phương diện mục đích, không hề có mâu thuẫn khi cả hai pháp thân và sắc thân Phật đều như là sự thể hiện các thành tựu, nên, trên đường tu, quý vị phải đem tới cho mình sự thuyết phục không một chút mâu thuẫn của (1) một tri kiến chắc chắn

về sự tránh khỏi hoàn toàn mọi diễn tưởng bất kỳ nào bởi khái niệm của các biến tướng về sự tồn tại thật sự[1] trong hai loại ngã ngay cả trong một hạt tử {hay một phần nhỏ nhất} của một đối tượng tinh thần và (2) một tri kiến chắc chắn rằng "Điều này đến từ điều kia" và "cái này có phẩm chất tốt này hoặc khuyết điểm nọ". Điều này, đến lược nó, lại phụ thuộc vào cách quý vị xác định Nhị Đế[2], quan điểm triết học về sự tồn tại. Quý vị sẽ được tính đến như "một người hiểu biết Nhị Đế và tìm ra ý chỉ của đức Phật" nếu quý vị tin rằng hai nhận thức hiệu quả[3] sau đây dĩ nhiên không chỉ chống lại nhau mà hỗ trợ nhau: (1) nhận thức hiệu quả xác lập được sự tối hậu {chân đế hay liễu nghĩa}, vốn được xác định thông qua kinh điển và lập luận, là trạng thái thiếu vắng dù là một hạt tử {một phần nhỏ nhất} về đặc tính bản chất trong cách thức về trạng thái hiện hữu hay trạng thái bản thể của pháp {hiện tượng} bất kỳ trong cả luân hồi hay niết-bàn;

---

[1]Ý chỉ ở đây về khái niệm "tồn tại thật sự" tức là sự tồn tại bản chất, không bị phụ thuộc vào các nguyên nhân sinh ra nó, hay tự tồn, bền vững không chịu ảnh hưởng tác động của môi trường bên ngoài.

[2]Nhị Đế (skt. dvasatya, tib. བདེན་པ་གཉིས) là khái niệm đặc thù trong Phật giáo phân biệt hai khía cạnh của thực tại một là khía cạnh tuyệt đối nói đến các đặc tính tối hậu của các pháp (Chân đế, tib. དོན་དམ་བདེན་པ) và khía cạnh kia là sự trình hiện các đặc tính tương đối của thế giới thường tục, ước lệ hay thông tục (Tục đế, tib. ཀུན་ རྫོབ་བདེན་པ) cả hai khía cạnh này đều là các đặc trưng của cùng một thế giới thực tại đơn nhất. Xem thêm *The Two Truths.* Guy Newland, Snow Lion Publications. 1992. ISNB: 0937938793. Dịch Việt của Lê Công Đa: *Sắc Tướng Và Thật Tướng Đế*. Truy cập 17/09/2011. <http://www.thuvienhoasen.org/D_1-2_2-75_4-8928_5-50_6-4_17-262_14-1_15-1/>.

[3]Ở đây thuật ngữ "nhận thức" không phải để chỉ riêng các tiến trình cảm xúc thu nhận từ bên ngoài mà bao gồm tất cả các dạng tư tưởng ý nghĩ (có từ các đối tượng của các thức kể cả ý thức bên trong). Trong tập 3 sẽ có thêm các chi tiết bàn về nhận thức hiệu quả.

và (2) nhận thức hiệu quả quy ước {ước lệ hay tục đế} vốn xác lập các nhân và quả, trong các hoạt động phân hoá của chúng là chắc chắn mà không có bất kỳ một sự mơ hồ của nhân hay quả nhỏ nhất nào. [353] Tôi sẽ giải thích điều này trong phần tuệ giác {thuộc quyển ba của bộ đại pháp này}.[1]

Về đoạn kinh thứ ba, được trích dẫn từ *Phạm thiên Vấn Kinh*, vì ngữ cảnh của đoạn kinh là sự phân tích về việc sinh khởi và vv..., nhằm tuần tự dạy rằng bố thí, vv... không phải được sinh khởi một cách tuyệt đối, kinh văn dùng đến thuật ngữ "tư tưởng danh định" để chỉ ra rằng chúng {các hạnh Ba-la-mật} chỉ là các quy gán bởi tư tưởng định danh. Bài kinh không hề dạy rằng quý vị không nên tự mình tham gia vào các hạnh này và từ bỏ chúng

Như vậy, bởi vì chẳng có lúc nào mà chẳng cần thiết thực hành sáu hạnh Ba-la-mật-đa này, cho đến khi quý vị thành Phật nên bổn phận của quý vị là tu tập các hạnh này. Nếu ngay lúc này đây, quý vị hết sức tận tâm nỗ lực thì quý vị sẽ tinh tấn thành tựu những pháp có thể thành tựu được. Riêng đối với những pháp chưa thể thành tựu được ngay, hãy nguyện thực hành chúng như là các nguyên nhân cho khả năng thực hành chúng, hãy tích lũy công đức, xoá sạch các che chướng, và hãy cầu nguyện nhiều. Một khi quý vị làm điều này thì chẳng bao lâu, quý vị có thể thực hành được chúng. Ngoài ra, nếu quý vị đang ở vị thế cá nhân mình không thể hiểu các hạnh hay không thể thực hiện chúng, và sau đó quý vị nói với người khác là "Các anh không cần phải tu tập chúng", thì không những quý vị tự phá huỷ mình mà còn đem huỷ hoại đến cho người khác nữa, thậm chí nó cũng trở thành một duyên xấu cho sự suy đồi của

[1]BA168 Xem LRCM: 564-805; *Đại Pháp* 3: 107-359.

giáo pháp. Vậy đừng làm điều này. Như ngài Long Thọ đã dạy trong Kinh Điển Tập Luận (*Sūtra-samuccaya*):[1]

> Việc phân biệt ngay cả các pháp vô vi {các hiện tượng phi cấu hợp} và vẫn không bị vỡ mộng với các công hạnh hữu vi là hoạt động tà ma. Việc hiểu biết ngay cả đạo giác ngộ và vẫn không truy tầm lộ trình các các Ba-la-mật-đa là hành động tà ma.

Và:

> Một Bồ-tát thiếu phương tiện thiện xảo không nên nỗ lực để đạt trạng thái thực tại thâm sâu.

Và *Như Lai Bất khả Tư nghì Mật thuyết Kinh* dạy rằng:[2]

> Hỡi các đệ tử của dòng chính pháp, [nó] cũng giống như thế này đây. Lửa, chẳng hạn, có nguyên nhân nên cháy và tắt đi khi nguyên nhân này không còn. Tương tự vậy, tâm thức được kích hoạt bởi một đối tượng được dõi theo; nếu không, nó sẽ ở trạng thái không hoạt động. Các Bồ-tát, cùng với phương tiện thiện xảo này, thông qua việc thanh tịnh về trí huệ Ba-la-mật-đa của mình, hiểu biết sự xoá bỏ một đối tượng thật sự tồn tại được dõi theo, và, cùng lúc, họ không loại bỏ sự theo dõi các cội rễ của thiện đức. [354] Các ngài không để cho sự dõi theo của các phiền não phát khởi tuy nhiên vẫn cài đặt sự chú tâm của mình lên các đối tượng được theo dõi của các Ba-la-mật-đa. Các ngài phân biệt rõ

---

[1]BA169. *Sūtra-samuccaya,* D3934: Ki 164a2-4; cited in Bk3, Tucci 1971: 22; D3917: Ki 65a4-5.

[2]BA170 Trích dẫn trong *Tathāgata-acintya-guhya-nirdeśa-sūtra* {*Như-lai Bất Khả Tư Nghì Mật Thuyết Đại thừa kinh*} là từ Bk3, Tucci 1971: 27-28; D3917: Ki 67b4-6.

một sự duy trì về tính Không nhưng vẫn theo dõi và quan tâm đến mọi chúng sinh với tâm đại bi.

Quý vị phải phân biệt được những lời thuyết giảng về cách thức vì sao không hiện hữu một đối tượng được dõi theo và những lời thuyết giảng về cách thức hiện hữu của một đối tượng được theo dõi. Một cách tương ứng, trong lúc phải nới lỏng trói buộc của các phiền não và các quan niệm về các biểu tướng của sự tồn tại thật sự, quý vị phải bám chặt sợi dây tu tập giới hạnh, và trong lúc quý vị nhổ tận gốc rễ cả hai hành vi sai lầm [các hành vi sai về bản chất và các hành vi sai do cấm đoán], quý vị không được bứng rễ các hành động thiện lành. Việc trì giữ tu tập giới hạnh và việc bám chấp vào nhận thức các biểu tướng của sự tồn tại thật sự thì không giống nhau và việc buông lơi hành trì các giới nguyện và việc thả lỏng dây chuyền của quan niệm về ngã cũng không hề giống nhau.

Quý vị phải thành tựu nhất thiết trí từ các nguyên nhân chắc chắn, mỗi một nhân vẫn tự nó đầy đủ. Do đó, hãy nhận biết các hạng người sau là người thầy không đủ đạo hạnh và ngăn trở việc huân tập hai loại công đức: đó là những người tuyên bố “bắn hạ hàng trăm con chim bằng một viên đá từ giàn ná” và những người có được một cuộc sống sung sướng, thư nhàn và cho rằng họ phải tận hưởng cuộc sống theo nhiều cách khác nhau nhưng chỉ tu tập trong một lĩnh vực nào đó của đạo pháp.

Sự khác nhau giữa Tiểu thừa và Đại thừa được thể hiện ở chỗ các hành giả có tu tập vô lượng công đức khi thực hành giáo pháp bởi vì “Thừa khiêm tốn” và Tiểu thừa cũng đồng nghĩa với nhau và ý nghĩa của “khiêm tốn” là “một phần”. Quý vị phải đạt được ngay cả ít hơn các kết quả hiện tại – bao gồm đồ ăn thức uống, và tượng tự – thông qua nhiều nhân và duyên, nên thật là sai lầm để cho rằng một phần nào đó đủ để thành tựu mục tiêu cao nhất của một người, tức Phật quả, vì theo bản chất của duyên khởi, kết quả là tương hợp với các nhân của chúng. Với

điều lưu tâm này, trong *Đại Bi Liên Hoa Kinh* (*Karuṇā-puṇḍarīka-sūtra*), đức Phật đã dạy rằng: "điều nào một phần đến từ một phần, và điều gì viên mãn đến được từ điều toàn thiện" [355] Việc này được thuyết giảng chi tiết trong *Như Lai Sinh Khả Năng Tính Kinh* (*Tathāgatotpati-saṃbhava*):[1]

> Chẳng có Như Lai nào phát khởi từ một nhân duy nhất. Vì sao? Này những đứa con của Đấng Chiến Thắng! Các Như Lai được xác lập mười lần của một trăm ngàn các nguyên nhân xác lập bất khả tư lường. Số mười lần đó là gì? Chúng là: nguyên nhân chân thật của tình trạng không thoả mãn với vô lượng công đức tu tập và trí huệ siêu việt và vv....

Điều này cũng được thuyết giảng chi tiết trong *Duy-ma-cật Sở Thuyết Ki*nh:[2]

> Hỡi các đạo hữu! Thân Như Lai được hình thành từ hàng trăm thiện hành, từ mọi phẩm hạnh, từ thiện đạo bất khả tư nghì và vv....

Và hộ pháp Long Thọ đã nói trong *Bảo Hành Vương Chính Luận*:[3]

> Khi các nhân của ngay cả sắc thân Phật
> Không thể đo lường được cũng như thế giới
> Thì làm sao có thể đo lường
> Các nguyên nhân của pháp thân?

---

[1]BA171 *Tathāgatotpati-saṃbhava*, {*Như Lai Sinh Khả Năng Tính Kinh – Khả năng Như Lai ra đời trong tương lai*} là chương 43 của kinh *Buddhavataṃsaka-sūtra,* {*Hoa Nghiêm Kinh*} D44: Ga 80a4-bl; đã trích dẫn trong Bk3, Tucci 1971:12; D3917: Ki 61a3-5.

[2]BA172 *Vimalakīrti-nirdeśa-nāma-mahāyānā-sūtra* D176: Ma 183b3-184al; đã trích từ Bk3, Tucci 1971:13; D3917: Ki 61a5-6.

[3]BA173 Ra: 3.10; Hahn 1982: 73.

Như đã giải thích trước đây, cách tu tập phương tiện và trí huệ này, vốn bao gồm cả sáu Ba-la-mật-đa, là phổ biến trong cả Mật Chú thừa và Đại thừa. Trong rất nhiều Mật điển cổ, chúng ta thấy được đề cập thường xuyên về toàn bộ lộ trình Ba-la-mật-đa – bao gồm lục độ, ba mươi bảy phẩm trợ đạo[1], mười sáu tánh Không[2] và vv... – trong ngữ cảnh các giải thích về toàn bộ thiên cung và các cõi trời trú ngụ của chư thiên là các phẩm tính nội

---

[1]Các phẩm tính này bao gồm: Tứ niệm xứ, Tứ chánh cần, Tứ Pháp như ý túc, Ngũ Căn, Ngũ Lực, Thất giác chi và Bát chánh đạo tổng cộng là 37 phương tiện tu tập. *Steps on the Path to Enlightenment*. Lhundub Sopa. Vol3. P493. Wisdom. 2008.

[2]16 loại tánh Không (skt. ṣoḍaśaśūnyatā; tib. སྟོང་ཉིད་བཅུ་དྲུག་) được đề cập trong *Nhập Trung Luận Thích* của Nguyệt Xứng bao gồm: (1) Không tánh của ngoại diện (tib. ཕྱི་སྟོང་པ་ཉིད), (2) Không tánh của nội tại (tib. ནང་སྟོང་པ་ཉིད), (3) Không tánh của ngoại diện và nội tại (tib. ཕྱི་ནང་སྟོང་པ་ཉིད), (4) Đại Không tánh (tib. ཆེན་པོ་སྟོང་པ་ཉིད), (5) Không tánh của Vô thủy và Vô Chung - hay Không tánh của sự không có khởi đầu và không có kết thúc (tib. ཐོག་མ་དང་མཐའ་མ་མེད་པའི་སྟོང་པ་ཉིད), (6) Không tánh của Duyên (tib. འདུས་བྱས་སྟོང་པ་ཉིད), (7) Không tánh của Phi Duyên (tib. འདུས་མ་བྱས་སྟོང་པ་ཉིད), (8) Không tánh của Không tánh (tib. སྟོང་པ་ཉིད་སྟོང་པ་ཉིད), (9) Không tánh vượt khỏi các cực đoan (tib. མཐའ་ལས་འདས་པའི་སྟོང་པ་ཉིད), (10) Không tánh bản chất (tib. རང་བཞིན་སྟོང་པ་ཉིད), (11) Không tánh của cái không thấy được (tib. མཚན་ཉིད་མེད་པའི་སྟོང་པ་ཉིད), (12) Không tánh tối hậu (tib. ངོ་བོ་ཉིད་སྟོང་པ་ཉིད), (13) Không tánh của sự bất khả khiếm thiếu (tib. ར་བ་མེད་པའི་སྟོང་པ་ཉིད), (14) Không tánh của bản chất cốt lõi của các phi thực thể (tib. དངོས་པོ་མེད་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་སྟོང་པ་ཉིད), (15) Không tánh của tất cả các hiện tượng (tib. ཆོས་ཐམས་ཅད་སྟོང་པ་ཉིད), (16) Không tánh của các đặc tính (tib. མཚན་ཉིད་སྟོང་པ་ཉིད). *Sixteen kinds of emptiness*. Rigpa Shedra. Truy cập 19/02/2012.

<http://www.rigpawiki.org/index.php?title=Sixteen_kinds_of_emptiness>.

tại của tâm thức. Do đó, hãy biết rằng toàn bộ những lời giải thích của kinh văn *Bát-nhã Ba-la-mật-đa* về những nội dung nào được tiếp nhận và nội dung nào bị loại bỏ được chỉ dạy trọn vẹn trong Mật Chú thừa, ngoại trừ trường hợp các giáo pháp Mật điển dành cho một số người ngoại lệ mà qua đó họ phải sử dụng trải nghiệm về các đối tượng cảm giác vào lộ trình tu tập và vv....

Hãy sử dụng các lời giải thích ở trên như hạt nhân và hãy quán tưởng về nó thật chu đáo. Nếu quý vị không chắc chắn về một lộ trình tu tập: không những không chỉ là một phần mà là toàn bộ về mọi phương diện, thì quý vị chưa hiểu nền tảng của lộ trình Đại thừa nói chung. Do đó, hỡi các thiện tri thức, hãy phát khởi một niềm tin vững chắc về đạo pháp phương tiện và trí huệ này, bằng nhiều cách thức, hãy liên tục nuôi dưỡng khả năng tự nhiên của quý vị đối với thừa tối cao.[356]

Chương 8: Tu Tập Đại Thừa: Các Giới Luật và Ba-la-mật-đa

iii) Giải thích tiến trình tu học giới luật

a’ Cách tu tập theo Đại thừa nói chung

1’ Xác lập nguyện ước tu học giới luật của tâm giác ngộ {Bồ-đề tâm}.

2’ Thọ giới con Phật {Bồ-tát giới} sau khi đã phát nguyện học giới luật của tâm giác ngộ.

3’ Cách thức rèn luyện sau khi thọ giới

a” Nền tảng của giới luật

b” Cách thức mà tất cả các giới luật được thu tóm trong sáu Ba-la-mật-đa

1” Thảo luận chủ đề chính, số lượng Ba-la-mật-đa cố định

(a) Số lượng các Ba-la-mật-đa cố định dựa trên đẳng cấp cao

(b) Số lượng các Ba-la-mật-đa cố định dựa trên việc viên thành hai mục tiêu

(c) Số lượng các Ba-la-mật-đa cố định dựa trên việc viên thành các mục tiêu của người khác

(d) Số lượng các Ba-la-mật-đa cố định và sự thu nhiếp của chúng đối với toàn bộ hệ thống Đại thừa

(e) Số lượng các Ba-la-mật-đa cố định trong khuôn khổ viên mãn của các lộ trình hay phương tiện

(f) Số lượng các Ba-la-mật-đa cố định dựa trên tam vô lậu học {giới, định, và tuệ}

2” Thảo luận phụ về thứ tự cố định của các Ba-la-mật-đa

(a) Thứ tự khởi sinh

(b) Thứ tự cao thấp

(c) Thứ tự thô lậu và vi tế

iii Giải thích tiến trình tu học giới luật

Giải thích tiến trình tu học giới luật bao gồm hai phần:

1. Cách thức tu tập theo Đại thừa nói chung (chương 8 và các chương sau đó)
2. Cách thức tu tập theo Kim Cang thừa nói riêng (Chương 27 trong Cuốn 3)

a' Cách thức tu tập theo Đại thừa nói chung

Phần này bao gồm ba nội dung

1. Xác lập nguyện ước tu học giới luật của Bồ-đề tâm
2. Thọ Bồ-tát giới sau khi đã phát nguyện học giới luật của Bồ-đề tâm
3. Cách tu tập sau khi thọ giới (chương 8 và các chương kế tiếp)

1' Xác lập nguyện ước học giới luật của Bồ-đề tâm

Theo giới luật biệt giải thoát giới[1] và Mật thừa, thì sẽ là không phù hợp nếu quý vị tu học giới luật trước khi thọ giới; tuy nhiên, với các Bồ-tát giới thì khác. Trước hết, quý vị tìm hiểu các điều giới kỹ càng và sau khi đã tu tập, nếu quý vị có nhiệt tâm thọ giới thì quý vị sẽ được thọ giới. Liên quan đến điểm này, *Bồ-tát Địa Luận* dạy rằng:[2]

> Đối với những người muốn thọ Bồ-tát giới, trước hết, các người phải biết trước về các điều giới nền tảng {trọng giới}

[1]Còn gọi là Ba-la-đề-mộc-xoa (skt. Pratimokṣa) là các giới thông dụng cho tì kheo và tì-kheo ni.

[2]BA174 Bbh, Wogihara 1971:155; D4037: Wi 85a4-6. Ngag-dbang-rab-brtan (mChan 671.3-4) cho rằng "Tổng Kết Các Nền Tảng Bồ-tát" là bao gồm cả chương Bbh về giới luật lẫn Bbh tự nó.

và các nguồn gốc của sự vi phạm dành cho Bồ-tát đã được dạy ở đây trong "*Yếu Lược Của Các Nền Tảng Bồ-tát*" trong các giáo pháp Bồ-tát tập kinh. Nếu sau khi đã thành tâm nghiên cứu và phân tích tư duy, những người này có cảm hứng, và nếu việc đó được tiến hành không bởi vì lý do của một người khác và không nhằm đua tranh với ai thì hãy biết rằng đấy là những Bồ-tát đáng tin cậy. Những người này phải nên được truyền giới luật và phải nên theo đúng nghi thức.

Đây là một phương pháp rất tốt bởi vì nếu quý vị hiểu giới luật, đưa chúng nhập tâm, tận tâm xác lập một ước nguyện hành trì và sau đó thọ giới thì đường tu của quý vị sẽ cực kỳ ổn định.
[357] Giải thích các giới luật cả ở đây lẫn phần dưới sẽ quá nhiều lời nên tôi sẽ chỉ ra chúng ở phần dưới. [1]

2' Thọ giới Bồ-tát sau khi đã xác lập nguyện ước tu học các giới luật.

Tôi đã hoàn tất chi tiết, trong chú giải *Lộ Trình Cơ Bản Đến Tỉnh Thức* của tôi trong chương giới luật của tác phẩm *Bồ-tát Địa Luận*[2], trước tiên là cách thức thọ giới, liền sau đó cách thức để giữ gìn không bị phạm trọng giới và các giới nhẹ và sau đó làm sao tu sửa nếu chúng sa sút. Điều dứt khoát thật cần thiết là quý vị đọc và hiểu nội dung này trước khi thọ giới.

3' Cách tu tập sau khi thọ giới

Phần này bao gồm ba nội dung:

1. Nền tảng của giới luật
2. Làm thế nào giới luật được bao hàm trong sáu Ba-la-mật-đa

---

[1]BA175 LRCM: 364.10. Toàn bộ phần về dàn bài của tiêu đề "c" tiến trình về việc tu học sáu Ba-la-mật-đa" bắt đầu trong chương 9.

[2]BA176 Tựa đề ở đây là Tshul khrims le'n 'grel pa.

3. Tiến trình tu tập các Ba-la-mật-đa (từ chương 9 trở đi)

a" Nền tảng của giới luật

Có vô số cách phân loại thật rõ ràng nhưng nếu quý vị sắp xếp Bồ-tát giới theo loại thì quý vị có thể nhập tất cả chúng vào trong sáu Ba-la-mật-đa. Do đó, sáu Ba-la-mật-đa là cốt lõi vĩ đại của mọi điểm mấu chốt về Bồ-tát đạo. Bốn phong cách thu nạp đệ tử [sự rộng lượng, nói năng dễ nghe, đeo đuổi mục tiêu và hành vi kiên định] cũng được bao hàm trong sáu Ba-la-mật-đa như được giải thích sau đây. Sự rộng lượng thì quá hiển nhiên rồi. Nói năng dễ nghe là việc trao truyền giáo huấn cho các đệ tử, lấy sáu Ba-la-mật-đa làm điểm xuất phát; đeo đuổi mục tiêu là việc xác lập cho người khác các mục tiêu của các giáo huấn này; và hành vi kiên định có nghĩa là chỉ thực hành như là các đệ tử.

Dù rằng sự thật là toàn bộ Bồ-tát đạo thì cũng được gộp vào trong các pháp tóm gọn khác như hai sự tích luỹ[1] tam vô lậu học học [giới, định và tuệ] và vv..., thì những pháp này vẫn không có khả năng sinh khởi các hiểu biết như sáu Ba-la-mật-đa có được. Do đó, sáu Ba-la-mật-đa là một bộ hoàn thiện nhất.

---

[1]Dịch từ thuật ngữ Anh "Two Collections" ý nghĩa bao gồm hai thuật ngữ Phạn puṇyasambhāra và jñānasambhāra tương ứng với hai tích luỹ về công đức và trí huệ. Tuy nhiên, theo học giả Alexandre Berzin thì dịch thuật ngữ sambhāra thành tích lũy hay mạng lưới (eng. collections or networks) là không được chính xác. Đúng hơn nó phải được dịch thành *mạng lưới tỉnh thức thâm diệu.* Như vậy thì thuật ngữ trên có thể hiểu là *mạng lưới tỉnh thức thâm diệu của công đức và trí huệ. The Two Enlightenment-Building Networks.* Berzin Archieves. Truy cập 18/09/2011. <http://www.berzinarchives.com/web/en/archives/sutra/level4_deepening_understanding_path/path/2_enlightenment_build_networks.html>.

b’’ Cách thức mà tất cả các giới luật được thu tóm trong sáu Ba-la-mật-đa

Phần này bao gồm hai nội dung:

1. Thảo luận chủ đề chính, số lượng cố định các Ba-la-mật-đa
2. Thảo luận phụ về thứ tự cố định của các Ba-la-mật-đa

1” Thảo luận chủ đề chính, số lượng cố định các Ba-la-mật-đa

Đức Thế Tôn phác thảo sơ lược về sáu Ba-la-mật-đa và Nhiếp Chánh Thánh Giả [Maitreya][1] tạo ra tri kiến chắc chắn về những điều này bằng việc phát triển thành các điểm mấu chốt của lý do cơ bản cho việc cấu trúc nên các Ba-la-mật-đa theo với chủ ý của đức Phật. Các lời giải thích này cho thấy số lượng các Ba-la-mật-đa là cố định. Khi quý vị tin vào và kinh ngạc bởi điều này thì quý vị sẽ hiểu rằng tu tập sáu Ba-la-mật-đa là giáo huấn tối cao. Do đó, hãy tiếp thu sự thuyết phục như thế.

Luận bàn về chủ đề chính, số lượng cố định các Ba-la-mật-đa bao gồm sáu nội dung:

1. Số lượng cố định các Ba-la-mật-đa căn cứ trạng thái cao {tức là nhắm vào việc tái sinh vào cõi người hay trời}
2. Số lượng cố định các Ba-la-mật-đa căn cứ việc đáp ứng hai mục tiêu {của hành giả}
3. Số lượng cố định các Ba-la-mật-đa căn cứ việc đáp ứng các mục tiêu của chúng sinh khác
4. Số lượng cố định các Ba-la-mật-đa và sự thu nhiếp của chúng đối với toàn bộ hệ thống Đại thừa
5. Số lượng cố định các Ba-la-mật-đa trong khuôn khổ viên mãn của các lộ trình hay phương tiện

---

[1]Tức là người sẽ lên thay vị trí cho đức Phật Thích-ca trong tương lai. Đây là một danh xưng khác của Phật Di-lặc.

6. Số lượng cố định các Ba-la-mật-đa căn cứ trên tam vô lậu học.

(a) Số lượng cố định các Ba-la-mật-đa căn cứ trạng thái cao

Quý vị cần đến vô lượng liên tục các kiếp sống để hoàn tất đầy đủ các hạnh Bồ-tát hiệu quả một cách to tát. [358] Hơn nữa, để nhanh chóng thành tựu đạo pháp trong những kiếp này, quý vị cần có cuộc sống tuyệt diệu về mọi mặt. Cuộc sống hiện tại của chúng ta không tuyệt hảo về mọi mặt, chỉ có một số mặt thực sự tuyệt hảo mà thôi; chúng ta không tiến bộ được với điều đó mặc dù chúng ta vẫn thực hành giáo pháp. Quý vị cần một cuộc sống có bốn điều tuyệt diệu sau: (1) Tài lực để sử dụng [quả của bố thí Ba-la-mật-đa] (2) Một thân thể để hành động [quả của trì giới Ba-la-mật-đa] (3) Những người đồng hành để cùng hành động [quả của nhẫn nhục Ba-la-mật-đa] (4) Công việc mà quý vị có thể đảm nhiệm một khi đã tiến hành [quả tinh tấn Ba-la-mật-đa]. Bởi vì, trong nhiều trường hợp, bốn loại tuyệt diệu này một mình có thể trở thành các duyên cho các phiền não, nên quý vị không thể để cho phiền não kiểm soát mình [quả của thiền định]. Bởi vì, nếu chỉ có bốn điều tuyệt diệu này thì vẫn không đủ nên quý vị cũng phải phân biệt được cái nào tiếp nhận và cái nào buông bỏ, chính xác là những điều cần làm và những điều cần bỏ [quả trí huệ Ba-la-mật-đa]. Nếu không, cũng giống như một cây tre hay cây mã đề chết đi sau khi cho quả hoặc con la chết lúc có thai, quý vị sẽ bị bốn điều tuyệt diệu này hủy hoại.

Người trí hiểu được làm thế nào sáu thứ này – bao gồm bốn điều tuyệt diệu, sự kiểm soát phiền não và tri kiến về các điều để tiếp nhận hay để buông bỏ – là các quả của những thiện nghiệp trước đây và họ lại nỗ lực đều đặn tăng trưởng các nguyên nhân lành. Trong khi kẻ dại lại sử dụng cạn kiệt các nhân lành đã tích lũy nhưng họ không tăng thêm thiện nghiệp mới, họ sẽ phải đối diện khổ đau trong tương lai.

Khi quý vị lại làm ra sáu hạnh này trong các kiếp về sau, các sản phẩm của chúng sẽ không phải là không có nguyên nhân hay được hình thành từ các nhân không hoà hợp mà đúng hơn là được hình thành từ các nhân hòa hợp là các Ba-la-mật-đa mà số lượng cố định là sáu. Do đó, trong kiếp sống này, quý vị phải liên tục tự tạo thành thói quen với việc thường xuyên nương tựa vào sáu Ba-la-mật-đa bởi vì sự ưu việt tối cao của các quả sẽ tương ứng với sự ưu việt của các nhân. Một cuộc sống với bốn điều tuyệt diệu tạo nên trạng thái cao tạm thời trong khi trạng thái cao tối hậu, vốn bao gồm từ sự tuyệt diệu tối hậu về thân thể, vv..., tồn tại ở cấp độ Phật tính. Do đó, *Đại thừa Kinh Trang Nghiêm Luận* (*Mahayana-sutralamkara*) dạy rằng:[1]

> Trạng thái cao là sở hữu của tài lực và thân thể tuyệt hảo
> Bạn đồng hành và sự tiến hành tuyệt hảo
> Không chịu khuất phục trước sức mạnh của phiền não
> Và không bao giờ sai lạc trong hành động… [359]

(b) Số lượng cố định các Ba-la-mật-đa căn cứ việc đáp ứng hai mục tiêu

Khi một người có cuộc sống ở trạng thái cao tu học các hạnh Bồ-tát Ba-la thì những hành động này có thể được phân chia làm hai loại: những hành động đáp ứng mục tiêu của chính người đó và những hành động đáp ứng mục tiêu của tha nhân. Do đó, có một số cố định các Ba-la-mật-đa căn cứ việc đáp ứng hai mục tiêu này.

Để đáp ứng mục tiêu của tha nhân, trước hết, quý vị phải giúp họ có đồ dùng vật chất. Bởi vì chẳng có lợi lạc nào sẽ đến từ sự bố thí đi kèm theo với việc làm hại chúng sinh, nên quý vị cần giữ giới luật, vốn sẽ mang lại lợi ích lớn cho những người khác

---

[1] BA177 *Mahāyānā-sūtralaṃkāra-kārikā* {*Đại Thừa Kinh Trang Nghiêm Luận*} (MSA): 16.2; D4020: Phi 21a6-7.

mà đó chính là trạng thái phản kháng lại với việc làm hại người khác cũng như là các nguyên nhân của việc gây hại như thế. Để mang điều này đến mức phát triển đầy đủ của nó, quý vị cũng cần nhẫn nhục để bỏ qua sự gây hại đã được tiến hành lên quý vị, bởi vì nếu quý vị mất nhẫn nhục với sự gây hại và trả thù một hay hai lần thì quý vị sẽ không thành tựu trì giới Ba-la-mật-đa thanh tịnh được. Khi quý vị không trả thù, nhờ sự nhẫn nhục của mình, quý vị giúp người khác khỏi việc tích luỹ tội lỗi và hướng thiện cho họ bằng cách cảm hóa họ với sự nhẫn nhục của quý vị. Do đó, thực hành này cũng mang lại lợi ích lớn cho người khác.

Quý vị hãy đạt đến mục tiêu của mình, là niềm hỷ lạc của giải thoát, thông qua năng lực của trí huệ. Vì quý vị sẽ không thành tựu được điều này với một tâm phân tán, quý vị phải đặt tâm mình trong trạng thái cân bằng thiền[1] qua các phương tiện của thiền định, đạt đến một tâm thức khả dụng trong đó quý vị đặt sự chú tâm của mình một cách cố ý lên một đối tượng thiền bất kỳ. Vì một kẻ biếng lười không thể làm được việc này, quý vị cần phải tinh tấn ngày đêm, không chùn bước, do đó đây là nền tảng của các Ba-la-mật-đa khác.

Để hoàn tất hai mục tiêu này, thì số lượng các Ba-la-mật-đa được cố định là sáu. *Đại thừa Kinh Trang Nghiêm Luận* dạy rằng: [2]

> Những ai nỗ lực vì lợi lạc của chúng sinh
> Thực hành bố thí, không làm hại và nhẫn nhục
> Và hoàn toàn đáp ứng mục tiêu của chính mình

---

[1]Cân bằng thiền (eng. meditative equipoise) là trạng thái thiền sâu mà tại đó dòng tâm thức của hành giả không còn bị chi phối bởi các trạng thái trạo cử và hôn trầm, tức là không còn các dao động nữa. Dòng tâm thức lúc đó được xem là không bị phân tán cũng không bị mê trầm sáng tỏ và bền vững.

[2]BA178 MSA: 16.3; D4020: Phi 21a7.

Với thiền định và giải thoát cũng như với những nền tảng của chúng.

Trong sáu hạnh này, không có sự đáp ứng đầy đủ mục tiêu của người khác[1]. Sự đề cập về "an định {bình ổn} và giải thoát" làm tách biệt giữa hai việc này như là (1) Sự bình ổn của tâm thức lên một đối tượng thiền, đây là dấu vết của thiền định và (2) Sự giải thoát khỏi luân hồi, vốn là dấu ấn của trí huệ. Hãy lưu ý không lẫn lộn định từ thiền và trí huệ. [360] Như thế, những ai khẳng định rằng sự thiền tập về việc cố định chú tâm của thiền giả trong một trạng thái thiếu vắng ý tưởng định danh là thiền tập thâm sâu thật ra đang nói về một mảng duy nhất của thiền định, vốn là một trong sáu Ba-la-mật-đa này. Quý vị phải đạt đến một tri kiến chắc chắn về sáu Ba-la-mật-đa trong tổng thể của chúng.

(c) Số lượng cố định các Ba-la-mật-đa căn cứ vào việc viên mãn đáp ứng hoàn toàn các mục tiêu của người khác

Trước hết, quý vị phải giảm thiểu sự đói nghèo của người khác bằng cách bố thí tài sản. Kế tiếp, quý vị không được hại bất kỳ người nào và hơn nữa, phải nhẫn nhục khi bị hại. Không chút chán nản, quý vị phải hoan hỷ nhẫn nhục giúp đỡ kẻ đã hại mình. Quý vị hãy dựa vào thiền định và cảm hóa những người này bằng cách thi triển thần thông và vv.... Khi họ đã sẵn sàng thọ lãnh giáo pháp, quý vị hãy dựa vào trí huệ và đưa ra những lời thuyết giảng hay, xóa tan nghi ngại của họ và từ đó, đưa họ đến với sự giải thoát. Bởi vì quý vị thực hiện tất cả những điều này, số lượng các Ba-la-mật-đa được cố định lại là sáu. *Đại thừa Kinh Trang Nghiêm Luận* dạy rằng:[2]

---

[1]BA179 Geshe Yeshe Tapkay nói rằng Tsongkhapa dường như đưa ra một mệnh đề tổng quát rằng người ta cần nhiều hơn là sáu Ba-la-mật-đa để hoàn toàn đáp ứng các mục đích cho tha nhân những pháp như là hoán chuyển ngã tha và Bồ-đề tâm.

[2]BA180 MSA: 16.4; D4020: Phi 21a7-b1.

Thông qua việc giúp người khác giảm nghèo, không hại họ
Nhẫn nhục khi bị làm hại, không chán nản khi bị làm hại
Hãy làm họ vui lòng, nói năng dịu dàng với họ
Là ngươi đáp ứng mục tiêu của tha nhân vốn đáp ứng mục tiêu của chính ngươi.

Đoạn kệ này, cùng với đoạn ở trên, nói rằng quý vị sẽ không thể đáp ứng mục tiêu của quý vị và của người khác nếu quý vị không dựa vào sáu Ba-la-mật-đa. Một khi quý vị vững tin về cách mà trong đó đáp ứng mục tiêu của quý vị và người khác thông qua sáu Ba-la-mật-đa, quý vị sẽ trân quý việc tu tập sáu Ba-la-mật-đa này.

(d) Số lượng cố định các Ba-la-mật-đa và sự thu nhiếp của chúng đối với toàn bộ hệ thống Đại thừa

Quý vị dửng dưng trước của cải vật chất bởi vì quý vị không bám chấp vào những thứ mà quý vị có và không theo đuổi những thứ mà quý vị thiếu thốn. Bởi vì quý vị có khả năng trì giới, quý vị thọ lãnh và tôn trọng giới luật. Quý vị kiên nhẫn với khổ đau đến từ các chúng sinh hữu tình và các pháp vô tình và quý vị nhiệt tâm với bất kỳ công đức nào mà quý vị nuôi dưỡng, do đó, chớ có nản lòng bởi bất kỳ các thứ này. Quý vị tu tập du-già không rời rạc về định từ thiền và tu tập du-già không rời rạc về tuệ giác. Sáu thứ này thu nhiếp toàn bộ các pháp tu Đại thừa mà qua đó quý vị sẽ tinh tấn nhờ sáu Ba-la-mật-đa, bởi vì quý vị hoàn tất các pháp tu này theo các giai đoạn qua phương tiện của sáu Ba-la-mật-đa và quý vị sẽ không cần gì hơn ngoài sáu Ba-la-mật-đa này. *Đại thừa Kinh Trang Nghiêm Luận* dạy rằng: [1]

Toàn bộ Đại thừa được tóm tắt trong
Việc không tham của cải

---

[1]BA181 MSA: 16.5; D4020: Phi 21b1.

Tôn quý mà không chán nản trong hai đường
Và các pháp du-già không rời rạc.

Với điều này, thật là mâu thuẫn nếu muốn bước vào Đại thừa nhưng lại chối bỏ việc tu tập sáu Ba-la-mật-đa.

(e) Số lượng cố định các Ba-la-mật-đa dưới góc độ viên mãn của đường tu hay phương tiện

Đạo, hay phương tiện, để khiến không bị tham chấp vào tài sản mà quý vị đang sở hữu chính là hạnh bố thí bởi vì quý vị sẽ không bám chấp vào của cải của quý vị nữa bằng cách quen thuộc với việc cho tặng chúng đi. Phương tiện ngăn không cho quý vị bận tâm về việc tìm cách sở hữu cái mà quý vị không có là giới luật bởi vì khi thọ tỳ kheo giới, quý vị sẽ không có tất cả các mối bận tâm của việc kiếm sống. Phương tiện để không bỏ rơi chúng sinh là nhẫn nhục bởi vì quý vị sẽ không tuyệt vọng trước khổ đau do người khác hại quý vị. Phương tiện để tăng trưởng thiện hạnh là tinh tấn bởi vì quý vị sẽ tăng trưởng thiện hạnh khi quý vị tinh tấn đối với công việc mà quý vị đảm nhận. Phương tiện để xua tan vô minh là hai Ba-la-mật-đa cuối bởi vì thiền định xóa tan phiền não và trí huệ xóa tan các ngăn trở nhận thức. Như vậy, số lượng các Ba-la-mật-đa được cố định là sáu. Đại thừa Kinh Trang Nghiêm Luận dạy rằng:[1]

Không chấp thủ vào các đối tượng là một phương tiện;
Phương tiện khác là không bận tâm tìm cách sở hữu chúng
Không bỏ rơi chúng sinh, tăng trưởng các thiện hạnh
Và xua tan che chướng là những phương tiện khác.

Những lời giải thích sau đây tạo ra niềm tin vững mạnh về sáu Ba-la-mật-đa. Để không phân tâm bởi các đối tượng nhục dục, quý vị cần hạnh bố thí mà không tham chấp. Để ngăn chặn các

---

[1]BA182 MSA: 16.6; D4020: Phi 21M-2.

cảm nghiệm giác quan khởi sinh, quý vị cần giới hạnh, vốn hạn chế sự phân tâm bởi các sự việc vô nghĩa lý [các hành động sai lầm do bị ngăn cấm hoặc các hành động sai lầm do bản chất]. Trong hoàn cảnh có rất nhiều chúng sinh ứng xử không tốt mà quý vị có nguy cơ gặp gỡ thường xuyên, quý vị cần một cơ duyên mạnh mẽ để lấy nhẫn nhục như là một biện pháp đối trị để buông xả vì phúc lợi của họ. Nhằm tăng cường công đức trong khuôn khổ của một số lớn các hành vi và tu tập của nó trong thời gian dài, quý vị cần có hạnh tinh tấn, vốn mang lại niềm hứng khởi lớn lao và lâu dài có được từ việc quán chiếu lợi ích của các hành vi thiện đức … Nhằm đoạn diệt phiền não, quý vị cần tu tập thiền định và để phá huỷ các hạt giống và các che chướng nhận thức, quý vị cần trí huệ. [362]

(f) Số lượng cố định các Ba-la-mật-đa căn cứ trên tam vô lậu học

Bản chất của việc tu tập giới luật [phần đầu tiên của tam vô lậu học] là hành trì giới luật. Tiền đề của việc tu tập giới luật là hạnh bố thí vì một khi quý vị đã có lòng bố thí, vốn giúp quý vị không coi trọng của cải, quý vị có thể tuân thủ giới luật một cách thích hợp. Phương tiện hỗ trợ tu tập giới luật là hạnh nhẫn nhục bởi vì lòng nhẫn nhục, không trả thù khi bị chửi mắng chẳng hạn, sẽ giúp quý vị nghiêm chỉnh giữ gìn giới luật. Thiền định là luyện tâm [phần thứ hai, tu tập về thiền định] và trí huệ là tu tập về trí huệ [phần thứ ba]. Hạnh tinh tấn thì được thu nhiếp trong cả ba pháp tu, do đó, số lượng các Ba-la-mật-đa được gút lại là sáu. Đại thừa Kinh Trang Nghiêm Luận dạy rằng:[1]

> Đức Phật đã trình bày đúng về sáu Ba-la-mật-đa
> Liên quan đến tam vô lậu học: phần đầu tiên là ba hạnh
> Hai trong sáu Ba-la-mật-đa liên quan đến hai phần còn lại

---

[1]BA183 MSA: 16.7; D4020: Phi 21b2-3.

Còn Ba-la-mật-đa kia được bao hàm trong cả tam học.

Với một đời sống thiện hảo, quý vị sẽ đáp ứng mục tiêu của người khác hay của chính quý vị. Quý vị thực hành một số pháp môn vì có được nhiều phương tiện khác nhau, tuỳ thuộc vào truyền thừa mà quý vị quy ngưỡng. Hãy hiểu theo cách rằng sáu Ba-la-mật-đa bao gồm và sẽ đáp ứng các phương diện nêu trên – cuộc sống, các mục tiêu, Đại thừa, các phương tiện và các tu tập. Hãy quán chiếu cho đến khi quý vị được thuyết phục thêm thật sâu cách thức sáu Ba-la-mật-đa là tổng của tất cả các điểm cốt lõi trong tu tập Bồ-tát.

Hơn nữa, có hai nguyên nhân khiến cho người ta thoạt tiên không thể vượt thoát luân hồi được là tham chấp của cải và tham chấp gia đình. Các biện pháp đối trị lần lượt là Ba-la-mật-đa bố thí và giới luật.

Một lần quý vị có thể phát khởi các tham chấp sau đây, nhưng vẫn quay đi mà không đạt đến điểm cuối cùng. Có hai lý do: khổ đau từ hành động sai trái của chúng sinh và trở nên chán nản về chiều dài của thời gian mà quý vị đã ra công. Các biện pháp đối trị lần lượt là nhẫn nhục và tinh tấn. Một khi quý vị hiểu cách thức duy trì việc xem nhẹ mọi khổ đau và nguy hại, cũng như là duy trì một nhiệt tâm để xem vĩnh hằng như là chỉ có một ngày, quý vị phải thực hành chúng theo nhiều cách khác nhau. [363] Nếu quý vị thực hiện điều này thì quý vị sẽ phát khởi được lòng nhẫn nhục và sự tinh tấn vốn có thể tác động như biện pháp đối trị các nguyên nhân khiến quý vị quay đi. Do đó, chúng rất là quan trọng. Đừng bận tâm đến vấn đề các Bồ-tát hạnh, ngay cả với mối liên hệ đến sự nuôi dưỡng thiện đức ngày nay, có nhiều người khởi đầu nhưng chỉ có một số ít không quay bước sau một thời gian bởi vì (1) khả năng chịu đựng gian khổ của họ kém cỏi (2) nhiệt tâm của họ đối với đường tu không đáng kể. Đây là hậu quả của việc không thực hành các lời dạy biệt truyền về nhẫn nhục và tinh tấn.

Có hai lý do khiến thiện đức của quý vị trở nên uổng phí ngay cả khi quý vị không quay bước sau một thời gian tu tập: đó là sự xao lãng, nó khiến quý vị không chú tâm được vào một đối tượng thiện lành trong lúc hành thiền và phát khởi trí huệ sai lạc. Biện pháp chữa trị lần lượt là thiền định và tuệ giác. Thiền định là một biện pháp đối trị bởi vì chẳng hạn ngay cả với các thực hành công đức như tụng chú hay tụng kinh hàng ngày đều là vô nghĩa nếu sự chú tâm của quý vị lang thang đến nơi nào khác. Tuệ giác là một biện pháp đối trị bởi vì nếu quý vị thất bại trong việc phát triển trí huệ để khai triển toàn bộ kho tàng tri kiến của Phật, thì quý vị sẽ sai lầm về điều cần được tiếp nhận và cái phải bị loại bỏ, ngay cả đối với điều hiển nhiên, và sau đó, tự mình sẽ hành xử sai trái. Điều này xác định số lượng các Ba-la-mật-đa là sáu trong vai trò chúng là biện pháp đối trị để loại bỏ các pháp không tương hợp với thiện đức.

Số lượng cố định các Ba-la-mật-đa được gút lại thành sáu căn cứ trên dữ liệu rằng chúng là nền tảng cho việc thành tựu từng phẩm tính của Phật. Đó là vì bốn Ba-la-mật-đa đầu tiên là tiền đề cho thiền định, nên, qua bốn Ba-la-mật-đa này, quý vị thành tựu được thiền định – Ba-la-mật-đa của sự phi phân tâm. Hơn nữa, khi quý vị nuôi dưỡng trí huệ trên cơ sở định tâm này, quý vị sẽ thấu hiểu được thực tại.

Cố định số lượng các Ba-la-mật-đa lại thành sáu về phương diện phù hợp của chúng với việc giúp đỡ chúng sinh trưởng thành cũng đồng nghĩa với điểm thứ ba [đáp ứng mục tiêu của người khác] đã đề cập trước đây.

Tôi đã giải thích ở đây các lời dạy của tôn giả Vô Trước như là đã được trình bày bởi đại sư Sư Tử Hiền {skt. Haribhadrā} [trong tác phẩm *Hiện Quán Trang Nghiêm Phẩm*

(*Abhisamayalaṃkārāloka*)[1] của ngài]. Điều cực kỳ quan trọng là vững tin vào sáu Ba-la-mật-đa.

2" Thảo luận phụ về thứ tự cố định của các Ba-la-mật-đa

Phần này có ba nội dung:

1. Thứ tự khởi sinh
2. Thứ tự cao thấp
3. Thứ tự thô lậu và vi tế

(a) Thứ tự khởi sinh

Khi quý vị có thi hành bố thí, dửng dưng và không tham chấp đối với của cải tức là quý vị hành trì giới luật. [364] Khi quý vị giữ giới để không làm điều gì sai trái thì quý vị nhẫn nhục đối với kẻ hại quý vị. Khi quý vị có lòng nhẫn nhục thì quý vị sẽ không chán nản trước gian khó; các duyên {điều kiện} để từ bỏ thiện đức rất ít, nên quý vị có năng lực để tinh tấn. Một khi quý vị tinh tấn ngày đêm, quý vị sẽ phát khởi được sự tập trung từ thiền khiến dễ dàng cho việc dụng công sự chú tâm của quý vị lên các đối tượng thiện đức của thiền. Khi tâm quý vị ở trạng thái cân bằng thiền, quý vị sẽ thấy biết thực tại một cách chính xác.

(b) Thứ tự cao thấp

Mỗi Ba-la-mật-đa đứng trước thì thấp hơn Ba-la-mật-đa đứng sau.

(c) Thứ tự thô lậu và vi tế

Ba-la-mật-đa đứng trước dễ tu tập và thực hành hơn Ba-la-mật-đa đứng sau và do đó, thô lậu hơn Ba-la-mật-đa sau. Ba-la-mật-

---

[1] Tên Phạn đầy đủ của bộ luận này là *Āryāṣṭa-sāhasrikā-prajñāpāramitā-vyākhyāna-abhisamayalaṃkārāloka-nāma* (nghĩa là *Bát Thiên Bát-nhã Ba-la-mật-đa Thích Hiện Quán Trang Nghiêm Phẩm*).

đa sau khó tu tập và thực hành hơn Ba-la-mật-đa trước và do đó, vi tế hơn Ba-la-mật-đa trước. *Đại thừa Kinh Trang Nghiêm Luận* dạy rằng: [1]

> Bởi vì Ba-la-mật-đa sau khởi sinh phụ thuộc vào các Ba-la-mật-đa trước
> Bởi vì chúng được phân thành thấp cao
> Và bởi vì chúng vi tế và thô lậu
> Nên chúng được thuyết giảng theo thứ tự.

[1]BA184 MSA: 16.14; D4020: Phi 21b4-5.

Chương 9: Bố Thí Ba-la-mật-đa

c" Tiến trình tu tập các Ba-la-mật-đa
1" Cách tu tập các hạnh Bồ-tát nói chung
(a) Tu tập các Ba-la-mật-đa để tăng trưởng phẩm chất mà quý vị sẽ có khi thành Phật
(i) Cách tu tập Ba-la-mật-đa bố thí
(a') Bố thí là gì?
(b') Cách bắt đầu nuôi dưỡng đức bố thí
(c') Phân loại bố thí
(1') Vì sao mọi người nên thực hành đức bố thí
(2') Các Phân loại bố thí theo mối quan hệ đến các cá nhân
(3') Các phân loại bố thí thực tế
(a'') Pháp thí
(b'') Vô úy thí
(c'') Tài vật thí
(1'') Thực tế bố thí về Tài vật
(a)) Cách tiến hành tài thí
(1)) Người nhận bố thí
(2)) Động lực bố thí
(a')) Loại động lực đòi hỏi
(b')) Loại động lực phải loại trừ

ॐ

c" Tiến trình tu tập các *Ba-la-mật-đa*
Phần này bao gồm hai nội dung:
1. Cách tu tập hạnh Bồ-tát nói chung (chương 9 – 15)
2. Cụ thể, cách thức tu tập hai *Ba-la-mật-đa* sau cùng (quyển 3)

1” Cách tu tập các hạnh Bồ-tát nói chung
Phần này bao gồm hai mục:

1. Tu tập các hạnh để tăng trưởng phẩm chất mà quý vị sẽ có khi đạt thành một vị Phật (chương 9 – 14)
2. Bốn cách thu nạp đệ tử để giúp người khác trở nên chín chắn (chương 15)

(a) Tu tập các Ba-la-mật-đa để tăng trưởng phẩm chất mà quý vị sẽ có khi trở thành một vị Phật
Phần này bao gồm sáu nội dung:

1. Cách tu tập Ba-la-mật-đa bố thí (chương 9 – 10)
2. Cách tu tập Ba-la-mật-đa trì giới (chương 11)
3. Cách tu tập Ba-la-mật-đa nhẫn nhục (chương 12)
4. Cách tu tập Ba-la-mật-đa tinh tấn (chương 13)
5. Cách tu tập Ba-la-mật-đa thiền định (chương 14)
6. Cách tu tập Ba-la-mật-đa trí huệ (chương 14)

(i) Cách thức tu tập bố thí Ba-la-mật-đa
Phần này bao gồm bốn nội dung:

1. Bố thí là gì?
2. Cách bắt đầu sự nuôi dưỡng bố thí Ba-la-mật-đa
3. Phân loại bố thí Ba-la-mật-đa (chương 9 – 10)
4. Tóm tắt (chương 10)

(a’) Bố thí là gì?

Bồ-tát Địa Kinh dạy rằng:[1]

> Bản chất của bố thí là gì? Đó là ý định đi kèm sự vô chấp dửng dưng của các Bồ-tát đối với tất cả các vật sở hữu và thân thể của họ, và phát khởi từ động lực đó, các hành động bố thí liên quan đến thân và khẩu được cho ra.

---

[1] BA185 Bbh, Wogihara 1971:114; D4037: Wi 61b4-5.

Do đó, bố thí là công đức về thái độ rộng lượng và các hành vi về thân và khẩu được thúc đẩy bởi điều này. [365]
Việc đem lại sự hoàn tất của Ba-la-mật-đa bố thí không phải là loại bỏ sự nghèo khó của người khác bằng cách tặng quà cho họ.

Nếu không thì chư Phật đã không thể thành tựu được Ba-la-mật-đa bố thí vì vẫn còn có vô số người nghèo. Do đó, khía cạnh thân và khẩu của sự bố thí không phải là chủ yếu, cái chủ yếu chính là khía cạnh tinh thần {khía cạnh ý}. Đó là bởi vì quý vị thành tựu Ba-la-mật-đa bố thí sau khi quý vị đã phá bỏ sự chấp thủ chi li đối với mọi thứ mà quý vị sở hữu – thân thể, tài sản, và các cội rễ của công đức – và quý tạo duyên cho tâm thức bố thí chúng cho chúng sinh từ tận đáy con tim. Không những thế, mà còn hồi hướng quả {công đức} của việc bố thí này cho họ. Do đó. *Nhập Bồ-đề Hành Luận* dạy rằng:[1]

> Nếu bố thí sẽ toàn hảo {tức là Ba-la-mật-đa}
> Bằng việc loại bỏ nghèo khốn của chúng sinh
> Thì do chúng sinh vẫn còn túng bấn
> Sao chư Phật thành tựu được Ba-la-mật-đa này?
>
> Nói rằng bố thí được toàn mãn {tức là Ba-la-mật-đa}
> Qua thái độ bố thí cho cả chúng sinh
> Tất mọi thứ mà ngươi sở hữu, kể luôn các quả của bố thí đó
> Cho nên, bố thí là một trạng thái của tâm.

Do đó, nội dung của pháp tu tập Ba-la-mật-đa bố thí kéo theo việc phát khởi nhiều cách chủ ý khác nhau để cho đi
và tăng cường sự bố thí này một cách vững chắc, ngay cả khi quý vị có khi thực sự không cho ai một vật gì.

---

[1]BA186 BCA: 5.9-10.

(b') Cách bắt đầu nuôi dưỡng đức bố thí

Việc đơn thuần dẹp bỏ tính bủn xỉn liên quan đến tài sản và thân thể của quý vị thì không phải là bố thí Ba-la-mật-đa bởi vì tính bủn xỉn thuộc về sự tham chấp và như nếu thế ngay cả hai hàng A-la-hán Tiểu thừa cũng đã hoàn toàn dẹp bỏ được tính đó cùng các hạt giống của nó. Do vậy, điều nhất thiết ở đây là không những quý vị phải dẹp bỏ tính keo kiệt bủn xỉn, vốn ngăn trở quý vị thực hành bố thí, mà còn phải phát triển từ đáy tim mình ý định cống hiến những người khác tất cả những gì quý vị đang sở hữu. Để làm việc này, quý vị phải thiền lên các sai lầm của tham chấp và lợi ích của bố thí. Do đó, tôi sẽ bàn thảo các điều này.

Nguyệt Đăng Kinh (*Candra-pradīpa-sūtra*) dạy như sau:[1]

> Những kẻ non dại ấy bám chấp
> Vào thân thể thối hư này
> Và sức sống vội vàng, mà vốn cả hai đều không độc lập
> Và tựa như mộng như trò huyễn ảo. [366]
> Nên, những người hạ trí đấy tạo nhiều điều kinh khiếp
>
> Rơi vào sự khống chế của tội lỗi
> Rồi sẽ bị mang đi bởi cỗ xe của thần chết
> Vào địa ngục bất kham nhẫn chịu .

Điều này nói lên rằng quý vị phải nên ngừng tham chấp bằng cách quán thân này là bất tịnh, cuộc sống vội vàng này tựa như một dòng thác chảy xuống từ đỉnh núi. Cả thân thể lẫn cuộc đời đều là một cái ngã phụ thuộc bởi vì chúng bị nghiệp lực chi phối, và cả hai đều sai lầm như một giấc mơ hay một trò huyễn

---

[1]BA187 *Candra-pradīpa-sūtra* (tên khác của *Samādhi-rāja-sūtra* {tức *Định Vương Kinh*}), D127: Da 73b4-6; được dẫn trong *śikṣāsamuccaya,* Vaidya 1961b: 14; D3940: Khi 13b5-6.

ảo. Hơn nữa, nếu quý vị không kết thúc tham chấp thì quý vị sẽ bị nó khống chế, khiến làm nên sai lầm to tát và sa vào các cõi khổ đau.

Vô Biên Môn Đà La Ni Mật Ngữ (*Ārya-ananta-mukha-nirhāra-dhāraṇī*) cũng dạy rằng:[1]

> Nguyên nhân chúng sinh tranh chấp nhau
> Chính là bám chấp vào tự ngã
> Vậy hãy từ bỏ điều ngươi tham ái
> Xóa bỏ thèm muốn này là Mật ngôn[2]

Bồ-tát Học Luận dạy rằng:[3]

> Thân tôi và tâm tôi
> Thay đổi từng sát na
> Nếu, với thân vô thường,

---

[1]BA188 Sự trích dẫn của *Ārya-ananta-mukha-nirhāra-dhāraṇī / Āryānanta-mukha-sādhaka-nāma-dhāraṇī* {*Vô Biên Môn Thành Tựu Nhân Mật Ngữ* }, D525 (cf. *Āryānanta-mukha-sādhaka-nāma-dhāraṇī-ṭīkā* {*Vô Biên Môn Thành Tựu Nhân Mật Ngữ Thích*} của Jñanagarbha {tên dịch nghĩa Trí Tạng}.

[2]Đoạn này được đối chiếu theo bản dịch của ngài Sopa. Theo như bản Anh ngữ của Cutler chúng tôi thấy có chi tiết không rõ ý. Nguyên văn của đoạn này theo Bản Cuttler như sau:
As to living beings who dispute with others,
It is tightfistedness that is the root cause.
So renounce that which you crave.
After you give up craving, the formula will work.
Tức là:
Những ai tranh chấp với người
Nguyên nhân chính là kẹo bẩn
Nên khi từ bỏ điều ngươi tham muốn
Thì phương tiện sẽ hoạt hoá.

[3]BA189 *Śiksā-samuccaya* Vaidya 1961b: 194; D3940: Khi 13b6-7.

Lấm bụi hồng trần này
Tôi đạt thành giác ngộ
Vốn trường tồn và thanh tịnh
Thì chẳng phải là tôi
Thành tựu điều vô giá?

Và *Bổn Sinh Kinh* (*Jātaka-mālā*) dạy rằng:[1]

Thân thể này không có tự ngã, đang hư hoại, mà cũng chẳng có bản chất
Đau khổ, bạc hạnh, thường xuyên bất tịnh
Phải chăng mang lại lợi lạc cho chúng sinh
Mà không hoan hỷ thịnh tình
Thì chẳng là một bậc thiện tri

Mặc dù quý vị bỏ nhiều nỗ lực chăm sóc thân thể mình, vốn chẳng có bản tánh, quý vị sẽ phải lìa bỏ nó. Bằng cách thành tâm bố thí nó cho những người khác, quý vị sẽ viên thành đa phần mục tiêu của mình và của tha nhân. Sau khi đã tư duy: ”Mình sẽ là dại dột nếu không luyện tâm để làm việc này”, hãy làm tất cả những gì có thể để phát sinh ý định bố thí thân quý vị và các thứ tương tự cho người khác. *Nhập Bồ-đề Hành Luận* dạy rằng:[2]

Bằng cách bố thí tất cả,
Tôi vượt qua phiền não
Nên, tâm đạt niết-bàn
Cuối cùng cũng bỏ lại
Hết mọi thứ trên đời
Nên tốt nhất bố thí
Cho tất cả chúng sinh. [367]

---

[1]BA190 *Jātaka-mālā* 22; D4150: Hu 3b4-5.
[2]BA191 BCA: 3.11.

Và *Ba-la-mật-đa Tập Luận* dạy rằng:[1]

Nếu ngươi thấy của cải vô thường
Và tự động tâm đại bi khởi sắc
Ngươi sẽ hiểu với lý lẽ xác tín
Những của cải mình có trong nhà
Vốn thật là thuộc về người khác

Chẳng gì đáng ngại với những thứ cho đi
Chính của cải trong nhà mới làm ngươi sợ hãi
Rằng nó chưa đủ, nó tầm thường, hay phải thường xuyên gìn giữ
Nếu khi ngươi bố thí nó cho người ngoài,
Thì những sợ hãi trên chẳng bao giờ ám hại được ngươi

Với bố thí, ngươi đạt phúc hạnh trong nhiều kiếp tới
Thiếu cho đi, khổ đau khơi dậy ngay cả trong đời này
Của cải tài lộc ví tựa sao băng sa
Dù chẳng được cho đi, chúng vẫn sẽ ngừng có mặt.

Tài vật không được đem cho bị chuyển hoá và sẽ ra đi
Qua bố thí chúng lưu lại trở thành kho tàng trân quý
Của không đáng giá sẽ trở nên giá trị
Khi ngươi {dùng vào} nỗ lực cứu giúp chúng sinh.

Thiện tri thức tán dương bố thí
Kẻ dại khờ thích tích luỹ giàu sang
Qua ôm níu, chẳng lộc tài nào giữ được
Bởi cho đi, diệu hạnh vẫn tăng cường

---

[1] BA192 PS: 1.49-54; D3944: Khi 221a3-4 {Đây là tác phẩm của ngài Āryaśūra tức Thánh Dũng}.

Bố thí các thứ, ngươi không còn ôm chấp các phiền não,
Không còn nuôi dưỡng phiền não khốn cùng trên đường hạ tiện
Các thánh giả dạy bố thí là đạo pháp tuyệt hảo
Ngược lại với điều đó là đường hướng xấu xa.

Nếu quý vị dâng hiến từ tận đáy con tim tất cả cội nguồn của thiện hạnh, bất luận lớn nhỏ thế nào, cho mục đích thành tựu lợi ích và hạnh phúc bao quát, của toàn bộ chúng sinh, cả trong tạm thời hay rốt ráo, và sau đó khi cho đi một điều gì đó, thì công đức quý vị nhận được sẽ dính dáng đến từng chúng sinh. Do đó quý vị dễ dàng hoàn tất việc tích luỹ công đức. *Bảo Hành Vương Chính Luận* thuyết rằng:[1]

Nếu công đức nhận về
Do cúng dường dâng hiến
Được đổi thành sắc tướng
Thì bao công đức đó
Hơn cả cát sông Hằng
Nó sẽ chẳng thể nào
Chứa vừa trong thế giới.

Đấy là điều Phật ban
Cũng có một chứng minh,
Chúng sinh là vô vàn
Nên lợi ích nguyện ban
Công đức cũng vô hạn [368]

Hơn nữa, không nên chấp thủ vào những hành trang và sở hữu, vốn đã ngăn không cho quý vị tăng cường khả năng bố thí, vốn đã làm mạnh sự keo bẩn của quý vị, vốn đã làm ngưng phát triển hay làm suy giảm khuynh hướng bố thí của quý vị. Đừng mang

---

[1]BA193 Ra: 5.86-87; Hahn 1982:162-163.

theo những thứ hành trang này hoặc tham chấp, đừng nhận những món quà vật chất, ngay cả khi người khác trao tặng cho quý vị. *Ba-la-mật-đa Tập Luận* dạy rằng: [1]

Bồ-tát xả buông mọi sở hữu
Vốn làm tăng tính keo bẩn
Hoặc giảm đi lòng rộng lượng
Những thứ giả trá vốn trở thành chướng ngại.

Bồ-tát không nên thu nạp
Châu báu, của cải hoặc cả giang san
Nếu chúng hại đến lòng độ lượng
Và che khuất đạo giác ngộ Ba-la-mật-đa.

Nếu quý vị hành động theo cách này thì sự keo kiệt sẽ có thể khiến quý vị cảm thấy tham chấp vào của cải. Nếu đúng thế thì hãy xả ly bằng cách quán: "Thánh nhân đạt giác ngộ sau khi đã bố thí mọi thứ sở hữu. Trước đây, khi nhớ lại ước nguyện theo gương các ngài, mình đã bố thí thân thể mình, mọi thứ của cải và toàn bộ thiện hạnh Ba-la-mật-đa cho tất cả chúng sinh. Nếu mình vẫn còn bị tham chấp vào của cải, thì mình cũng sẽ hành xử như một con voi bị mặt trời hành hạ, đi xuống sông để tắm, rồi lên đất khô và lăn lộn trên đất dơ. Sau đó, lại thấy mình phủ đầy đất cát, nó quay ra tắm nước và làm cùng một hành động trở lại". *Ba-la-mật-đa Tập Luận* dạy rằng:[2]

Nhớ đến hành động thánh nhân cao cả
Gắng sức noi gương và quán chiếu hạnh nguyện của ta
Hãy thấu hiểu các ý tưởng tuyệt vời sau
Mọi chấp thủ vào của cải đều ly xả.

---

[1]BA194 PS: 1.3-4; D3944: Khi 218b7-219al.
[2]BA195 PS: 1.5-6; D3944: Khi 219al-3

"Ta bố thí thân này cho mọi chúng sinh
Rồi ta buông xả công hạnh của sự bố thí ấy.
Cuộc sống của ta, bám chấp vào ngoại cảnh,
Là vô nghĩa, như con voi đang tắm nước".

Nếu quý vị có thể khởi tâm hoan hỷ mãnh liệt như khi quán chiếu lợi ích vô vàn của việc bố thí cũng như phát khởi sự sợ hãi tràn ngập khi nghĩ về các khiếm khuyết của tính keo bẩn thì thái độ rộng lượng sẽ đến với quý vị một cách tự nhiên. [369] Do đó, hãy khởi ý nghĩ bố thí tất cả cho những người khác vào giai đoạn cuối của việc nuôi dưỡng lòng bi mẫn hoặc khi kết thúc việc quán chiếu những câu chuyện về cuộc đời của đức Phật, chư Bồ-tát và vv... *Nhập Bồ-đề Hành Luận* dạy cách thực hiện điều này:[1]

Ta sẽ bố thí mà không cảm thấy mất
Thân thể ta và tài sản của ta
Cũng như trọn cả công hạnh quá khứ, hiện tại và vị lai
Vì lợi lạc cho cả mọi loài chúng sinh.

Quý vị chú tâm vào ba vật: thân thể, tài sản và gốc rễ công hạnh của quý vị và một cách tinh thần bố thí cho tất cả chúng sinh. Nếu quý vị đoạn diệt lòng tham xem mọi thứ là tài sản của riêng và liên tục tạo duyên cho chính mình thái độ bố thí tất cả cho tha nhân thì quý vị sẽ được gọi là Bồ-tát. *Ba-la-mật-đa Tập Luận* dạy rằng:[2]

"Tất cả những thứ này là của người
Ta không tự hào rằng chúng thuộc về ta".

Kẻ nào thường xuyên có ý nghĩ kinh ngạc này

---

[1]BA196 BCA: 3.10.
[2]BA197 PS: l.llcd-12; D3944: Khi 219a6.

Và noi theo phẩm chất của đức Phật toàn hảo
Được gọi là một vị Bồ-tát –
Đức Phật – đấng tối cao bất khả tư nghì đã thuyết.

Hiện nay, vì quyết tâm của quý vị chưa chín chắn và còn yếu ớt nên quý vị chưa thực sự bố thí xương thịt mình {thân thí} vv... mặc dù là trong ý nghĩ, quý vị đã bố thí thân quý vị cho mọi chúng sinh. Tuy nhiên, theo *Bồ-tát Học Luận*, nếu quý vị không tu tập thân thí và đời sống của quý vị bằng ý nghĩ thì quý vị sẽ không thể quen với việc này và như thế, sẽ không thể bố thí thân thể và đời sống của quý vị. Do đó, hãy tu tập ý nghĩ bố thí này ngay từ bây giờ.
Nếu quý vị sử dụng thực phẩm, y phục, nhà cửa vv..., mà quý vị đã thành tâm bố thí cho tất cả chúng sinh và quý vị làm như vậy vì lòng tham cho lợi ích cá nhân mà quên đi ý nghĩ: "Tôi sẽ sử dụng chúng vì lợi ích của người khác" thì quý vị đã phạm trọng giới {vi phạm nặng}. Nếu quý vị không khởi lòng tham nhưng lại quên ý nghĩ chú trọng đến tất cả chúng sinh hoặc nếu quý vị sử dụng các tiện ích đó cho một cá nhân cụ thể vì lòng bám chấp thì quý vị phạm phải khinh giới {vi phạm nhẹ}. [370]

Về các tài sản vật chất mà quý vị đã bố thí cho người khác, *Bồ-tát Học Luận* cho rằng[1] khi quý vị sử dụng các thứ này vì tư lợi khi ý thức hoàn toàn rằng chúng là tài sản của người khác thì quý vị đang ăn cắp và khi tổng giá trị đã đạt đến mức đầy đủ thì quý vị phạm nghịch tội trong biệt giải thoát giới. Trả lời cho vấn đề này, một số người lại nói rằng bởi vì quý vị đã bố thí thực phẩm vv... của mình cho tất cả chúng sinh, thì tổng giá trị một phần của một người sẽ không thể nào đầy đủ được và như thế quý vị không phạm nghịch tội. Số người khác nói rằng điều này không đúng bởi vì quý vị đã bố thí tài sản của quý vị như một tổng thể cho từng chúng sinh một. Một số người nữa lý luận

[1]BA198 *Śiksā-samuccaya* Vaidya 1961b: 79; D3940: Khi 80b3-4.

rằng mặc dù việc bố thí cho tha nhân của quý vị đã diễn ra trong ý nghĩ, nhưng cá nhân các chúng sinh không sở hữu các tài sản này nên chẳng phạm nghịch tội.

Ẩn ý chính của lời tuyên thuyết này trong *Bồ-tát Học Luận* là quý vị phạm nghịch tội (với giả thiết rằng yêu cầu đối với tổng giá trị đã được thỏa mãn) khi quý vị thành tâm bố thí thực phẩm vv... cho một chúng sinh và người này biết được điều này, đã sở hữu thực phẩm được bố thí nhưng ngay lúc đó quý vị lại tiếm dụng của bố thí cho mục đích cá nhân. Do đó, lập luận của những người khác là sai.

Sẽ không có sai sót trong việc sử dụng một số tài sản của chúng sinh khác nếu trong lúc sử dụng các tài sản này, quý vị nghĩ "Tôi làm như vậy vì lợi lạc của họ". *Bồ-tát Học Luận* dạy rằng:[1]

> Sẽ không phạm tội nếu khi sử dụng tài sản của người khác ngươi có nghĩ rằng: "Ta đang chăm sóc cho thân thể ta vốn do người khác sở hữu với các tài sản này vốn do người khác sở hữu". Các nô lệ không có tài sản vật chất riêng để mà sinh tồn.

Có thể quý vị nghĩ: "Tôi đã phạm tội vì sau khi đã bố thí các vật dụng này cho các chúng sinh, tôi sử dụng chúng mà không được phép của họ". *Bồ-tát Học Luận* dạy rằng:[2]

> Một người tôi tớ làm việc cực nhọc thay cho người chủ có thể sử dụng vật dụng của chủ mà không xin phép khi tâm thức của người chủ không rõ ràng do bệnh tật vv... mà không bị phạm tội.

---

[1] BA199 Ibid.: Khi 80b4-5.
[2] BA200 Ibid.: Khi 80b5-6.

Đừng làm mất tín tâm và nghĩ rằng: "Bố thí tất cả bằng ý nghĩ trong khi không thực sự bố thí mọi thứ cho chúng sinh cũng đồng nghĩa với nói dối, và do đó, là không có thực chất". *Bồ-tát Học Luận* dạy rằng:[1]

> Một số người gần gũi với một vị Bồ-tát tu tập {bố thí} theo cách này sẽ không thể hiểu biết thấu đáo và sinh ra mất tín tâm. Điều này thật không xác đáng bởi vì họ đã quá quen thuộc với một người, vốn có hạnh bố thí vĩ đại và tuyệt vời. [371] Việc họ ngờ vực phương pháp tu tập này là sai trái.

(c') Phân loại bố thí

Phần này có ba nội dung:

1. Cách thức mỗi người nên tu tập
2. Phân loại bố thí theo hành giả cụ thể
3. Phân loại bố thí thực thụ (Chương 9-10)

(1') Cách thức mỗi người nên tu tập

Nhiếp Đại Thừa Luận của ngài Vô Trước dạy rằng quý vị phải tu tập hạnh bố thí kết hợp với sáu phạm trù tối thượng sau. *Nền tảng tối thượng* (1) có nghĩa là quý vị tu tập hạnh bố thí trên cơ sở sở Bồ-đề tâm; ví dụ như quý vị hành động sau khi được thúc đẩy từ động cơ của tâm Bồ-đề. *Các vật bố thí tối thượng* (2) một cách tổng quát có nghĩa là quý vị bố thí tất cả những gì có thể cho, và thậm chí khi tiến hành các hành vi bố thí cụ thể, quý vị không từ bỏ ý nghĩ bố thí tất cả. *Mục đích tối thượng* (3) là khi quý vị bố thí cho mọi chúng sinh vì hạnh phúc tức thời và lợi ích tối hậu của họ. *Phương tiện thiện xảo tối thượng* (4) là khi việc bố thí thấm nhuần tuệ giác siêu phàm không phân biệt {phi danh định}; các vị Bồ-tát mới tu tập nên xem đây là tuệ giác hiểu biết sự thiếu vắng tự tính của các sự vật {các pháp}. *Hồi hướng tối*

---

[1] BA201 Ibid.: Khi 80b6-7.

thượng (5) có nghĩa là quý vị hồi hướng công đức bố thí để hoàn thành giác ngộ. *Thanh tịnh tối thượng* (6) có nghĩa là quý vị đoạn trừ cả phiền não chướng {các chướng ngại do phiền não gây ra} lẫn sở tri chướng {các chướng ngại do hiểu biết gây ra}.

Trong *Bát Thiên Tụng Bát-nhã Ba-la-mật-đa Kinh*[1] dạy rằng quý vị phải tu tập hạnh bố thí trong mối liên hệ với sáu Ba-la-mật. Ví dụ như khi quý vị bố thí Pháp, uy lực sẽ cực kỳ lớn nếu quý vị tu tập cả sáu Ba-la-mật-đa. Quý vị có giới hạnh khi quý vị không để mình vướng vào các mối bận tâm của các bậc Thanh Văn và Duyên Giác. Quý vị có nhẫn nhục khi chịu bất kỳ gian khổ nào trong lúc cầu mong các phẩm tính của toàn trí và khi quý vị chịu nhẫn nhục lúc bị người khác ngược đãi. Quý vị tinh tấn khi khao khát mong cầu sự tăng trưởng mãi của đức bố thí. Quý vị có thiền định khi cống hiến cho sự viên mãn toàn giác công đức mà quý vị nuôi dưỡng bằng nhất tâm không bị trộn lẫn với các mối bận tâm của Tiểu Thừa. Và quý vị có trí huệ khi hiểu biết rằng người bố thí, vật bố thí và người được bố thí cũng đều tựa như trò huyễn thuật.[2]

(2') Phân loại bố thí theo hành giả cụ thể

Nói chung, các Bồ-tát tại gia bố thí của cải vật chất và các Bồ-tát xuất gia bố thí giáo pháp. [372] *Bồ-tát Giới Kinh* dạy rằng:[3]

---

[1]Skt. *Aṣṭa-sāhasrikā-prajñāpāramitā*, nghĩa là Kinh Bát-nhã Ba-la-mật-đa 80,000 câu tụng. Đây là tác phẩm của ngài Sư Tử Hiền (skt. Haribhadrā).

[2]Cách thức chung mà những hành giả tại gia lẫn xuất gia tu tập có hai phương diện. Phương diện đầu đề cập đến sáu phạm trù tối thượng. Phương diện thứ nhì là phương thức mà trong đó việc tu tập bố thí sẽ bao gồm tất cả các Ba-la-mật-đa khác. *Steps on the Path to Enlightenment*. Lhundub Sopa. C9. P272. Wisdom. 2008.

[3]BA202 Trích dẫn của *Bodhisattva-prātimokṣa-catuṣka-nirhāra-nāma-mahāyānā-sūtra* {*Bồ-tát Giới Tứ Viên Mãn Đại Thừa Kinh*} D248, từ trong *Śiksā-samuccaya* Vaidya 1961b: 80; D3940: Khi 81a7-b2.

> Này Xá-lợi-phất, Bồ-tát xuất gia chỉ giảng một đoạn kệ bốn dòng cũng có công đức vượt xa hơn Bồ-tát tại gia cúng dường các cõi Phật trang phủ đầy châu báu, nhiều như cát sông Hằng lên các vị Như Lai, A-la-hán, Phật toàn giác. Này Xá-lợi-phất, Như Lai không cho phép những người xuất gia bố thí của cải vật chất.

Bồ-tát Học Luận nói ý chỉ của đức Phật ở đây là các bố thí vật chất sẽ trở thành chướng ngại cho việc tu học và các việc tương tự. Người xuất gia bị cấm không được bố thí của cải vật chất mà họ có được nhờ lao động, nhưng họ phải bố thí chúng nếu họ nhận được nhiều của cải nhờ trợ lực của phước đức trước đây và không được làm ngăn trở công hạnh của họ. Sha-ra-wa (Sharaba) cũng nói rằng:

> Ta không nói với ngươi về lợi ích của việc bố thí mà ta đang nói với ngươi về các khiếm khuyết của tính bủn xỉn.

Thật không vui chút nào khi nghe thấy rằng người xuất gia làm tổn hại giới hạnh của mình vì cố gắng cùng cực kiếm của cải vật chất để mà bố thí.

(3’) Phân loại bố thí thực thụ
Phần này bao gồm ba nội dung:
1. Pháp thí {tib. ཆོས་ཀྱི་སྦྱིན་པ}
2. Vô úy thí {tib. མི་འཇིགས་པའི་སྦྱིན་པ}
3. Tài thí {tib. ཟང་ཟིང་གི་སྦྱིན་པ} (Chương 9-10)

(a”) Pháp thí
Pháp thí là các giảng dạy giáo pháp tối thượng một cách không sai sót, giảng dạy các nghệ thuật và các môn tương tự (các nghề nghiệp thế tục trong sạch và thích hợp để học) và khuyên bảo

người khác tuân thủ giới luật căn bản.

(b”) Vô úy thí

Vô úy thí là bảo vệ chúng sinh khỏi sợ hãi về con người, như các vị vua và các tên ăn trộm, khỏi sợ hãi các chúng sinh phi nhân, như sư tử, cọp, cá sấu, và khỏi sợ tứ đại, như nước và lửa chẳng hạn.

(c”) Tài thí

Phần này được giảng giải theo hai nội dung:

1. Tài thí thực thụ (Chương 9-10) [373]
2. Tài thí chỉ qua ý nghĩ

(1”) Tài thí thực thụ

Phần này bao gồm ba nội dung:

1. Cách tài thí (Chương 9-10)
2. Phải làm gì nếu quý vị không thể bố thí (Chương 10)
3. Các biện pháp đối trị các chướng ngại ngăn trở bố thí

(a)) Cách thi hành tài thí

Đoạn này bao gồm bốn mục:

1. Những người nhận bố thí
2. Động lực bố thí
3. Cách bố thí (Chương 10)
4. Những vật bố thí (Chương 10)

(1)) Những người nhận bố thí

Có mười đối tượng: (1) những người bạn và người thân giúp đỡ quý vị, (2) những kẻ thù hãm hại quý vị, (3) những người bình thường không gây hại mà cũng chẳng giúp quý vị, (4) những người có phẩm chất tốt, có giới hạnh chẳng hạn, (5) những người có khuyết điểm, đã phạm giới chẳng hạn, (6) những người có vai vế thấp hơn quý vị, (7) những người ngang bằng quý vị,

(8) những người có vai vế cao hơn quý vị, (9) những người giàu có và hạnh phúc, và (10) những ai khốn khó và bần cùng.

(2)) Động lực bố thí

Bao gồm hai phần:

1. Loại động lực đòi hỏi
2. Loại động lực cần loại bỏ

(a')) Loại động lực đòi hỏi

Động lực của quý vị phải nên có ba thuộc tính: (1) sự tập trung vào mục đích, nghĩ rằng: "Trên cơ sở của việc này, tôi sẽ hoàn tất tu tập bố thí Ba-la-mật-đa vốn là một tiền đề cho giải thoát vô thượng"; (2) một sự tập trung vào vật bố thí, nghĩ rằng: "Ngay từ đầu, một Bồ-tát cho đi tất cả vật dụng sở hữu cho các chúng sinh; do đó, của cải vật chất mà tôi đang bố thí thuộc về người khác như thể họ đang nhận vật uỷ thác" và (3) một sự tập trung vào người nhận bố thí, nghĩ rằng: "Bởi vì những người này, dầu có hỏi xin bố thí hay không", đều đem đến sự hoàn tất cho bố thí Ba-la-mật-đa của tôi cho nên họ là thầy tôi". *Ba-la-mật-đa Tập Luận* dạy rằng:[1]

Khi có người đến xin vật gì
Để tạo tiền đề cho toàn giác,
Các Bồ-tát xem tất cả sở hữu đều thuộc về người khác,
Bố thí như sự giao phó
Và xem người đó như vị thầy.

Về việc bố thí vật riêng lẻ, hãy thấu hiểu chi tiết trong *Đồng Tử Vấn Kinh* (*Subāhu-paripṛcchā*) và *Ba-la-mật-đa Tập Luận* về động lực của sự tập trung lên mục đích bố thí của quý vị, vốn là tư tưởng "Tôi sẽ bố thí vật này vì mục đích này hay nọ". Về động lực của sự tập trung lên người nhận đã được giải thích bên

---

[1] BA203 PS: 1.55; D3944: Khi 221a7-bl.

trên, thì quý vị nên áp dụng nó trong mọi tình huống bố thí; vì vậy, đó là động lực chung. [374] Các động lực cụ thể, sẽ hình thành khi quý vị bố thí cho người gây hại mình lúc mà quý vị đã xác lập một thái độ yêu thương; khi bố thí cho những kẻ đau khổ mà quý vị đã xác lập một thái độ từ ái; khi bố thí cho những ai có nhiều phẩm chất tốt đẹp mà quý vị đã xác lập thái độ hoan hỷ; và khi bố thí cho người giúp quý vị mà quý vị đã xác lập thái độ vô tư.

Hơn nữa, quý vị phải có tâm bình đẳng đối với tất cả người nhận, hãy bố thí cho chúng sinh, chẳng hạn như những người cầu xin và vv..., mọi kết quả công đức của việc bố thí, và đặc biệt, là hãy có lòng bi mẫn với các người nhận đang có hoàn cảnh khốn khổ. Ngài Nguyệt Xứng dạy rằng:

> Một khi việc bố thí không có keo bẩn
> Người cho phải bố thí một cách bi mẫn
> Vật cho phải đi với tâm bình đẳng
> Cho cả ai cao cả hoặc thấp hơn.
>
> Quả của việc bố thí như thế
> Đồng thời đến cho người lẫn ta .
> Thánh chúng tán dương đức bố thí không keo bẩn
> Cho những người cầu tìm bố thí.

Và *Tán Dương Công Đức Vô Lượng* dạy rằng:[1]

> Thậm chí khi một số gặp kẻ khốn cùng và thấp kém
> Họ chẳng quan tâm và, vì tham nhiều thành quả
> Nên tìm đến người nhận bố thí có phẩm chất tốt cao.
> Họ có một động lực cốt lõi;

---

[1]BA204 *Guṇāparyanta-stotra,* D1155: Ka 197a4-5.

Phật dạy dù là những người cho,
Họ cũng giống như những người nhận.
Do đó, hãy giữ tận tâm từ lòng bi mẫn
Mà bố thí cho các người hỏi xin.

(b')) Những động lực cần bị loại trừ

1. *Động lực tin vào tà kiến*. Không có động lực này có nghĩa là quý vị không bố thí trong lúc nghĩ rằng: ''Bố thí chẳng được lợi lạc gì cả'', ''Việc cúng tế máu nguy hại là tôn giáo'', ''Tôi đang bố thí bởi vì tôi tự áp dụng điều tốt và lợi lạc'' hoặc: ''Chỉ riêng với sự hoàn tất bố thí, tôi sẽ thoát khỏi các bám chấp thế tục và siêu thế''.

2. *Động lực kiêu mạn*. Không có động lực này có nghĩa là quý vị không khinh rẻ người xin, quý vị không tranh đua với người khác và sau khi đã bố thí đều gì đó, quý vị không nghĩ một cách kiêu mạn rằng: "Ta rộng lượng biết bao, chẳng ai có thể làm được như vậy". [375]

Nghiệp Chướng Thanh Tịnh Kinh (*Karmāvaraṇa-viśuddhi-sūtra*) giải thích rằng khi phàm phu bố thí, họ mất niềm tin nơi những người keo kiệt, bởi vì tâm sân hận và vì sẽ bị tái sinh vào địa ngục, nên, điều này gây chướng ngại cho việc bố thí. Khi những phàm phu này trì giữ giới luật, họ nói xấu những người phạm giới, do đó, họ mất niềm tin nơi nhiều chúng sinh và sẽ đọa sinh vào cõi thấp bởi sự mất niềm tin này; và khi những phàm phu này tu hạnh nhẫn nhục và những pháp tương tự, họ gièm pha những kẻ không nhẫn nhục và như vậy, gây chướng ngại cho việc trì giới của chính họ vv....

Do đó, quý vị phải làm theo lời dạy của *Tán Dương Công Đức Vô Lượng* {skt. *Guṇāparyanta-stotra*}:[1]

> Vào lúc những người khác học theo ngươi, thật là hiền trí ngươi chẳng tự cao;
> Ngươi ca ngợi và kính trọng những người có chút phẩm hạnh đẹp
> Ngươi vì huân tập được nhiều phẩm chất tốt, ngươi cũng nắm bắt ngay cả một khuyết điểm nhỏ trong chính hành vi mình.

3. *Động lực vì sự hậu thuẫn*. Không có động lực này có nghĩa là quý vị không bố thí với hy vọng được tán dương hay được danh tiếng.

4. *Động lực của sự nản chí*. Không có động lực này có nghĩa là sau khi quý vị bố thí thì trở nên hoan hỉ thậm chí hơn cả lúc trước khi hành động bố thí, lòng quý vị tràn ngập niềm tin và sau đó chẳng hối tiếc gì sau khi đã bố thí; và ngay cả khi quý vị nghe về hạnh bố thí vô lượng của Bồ-tát, quý vị chẳng nản lòng mà còn tăng thêm hứng khởi và không xem nhẹ chính mình.

5. Động lực của sự lãnh đạm. Không có động lực này có nghĩa là quý vị bố thí với lòng bi mẫn khách quan, vô tư đối với kẻ thù, bè bạn và người thường.

6. *Động lực mong được báo đáp*. Không có động lực này có nghĩa là quý vị không bố thí với hy vọng người nhận bố thí sẽ giúp đỡ quý vị nhưng bởi vì quý vị thấy những chúng sinh này không có hạnh phúc, bị thiêu đốt bởi lửa dục, không có khả năng thoát khổ và bẩm sinh khốn cùng.

---

[1]BA205 Ibid.:Kal97b3.

7. *Động lực mong thành quả*. Không có động lực này có nghĩa là quý vị không hy vọng về thành quả của một thân người tốt và giàu có trong các kiếp sau nhưng quý vị bố thí bởi vì quý vị thấy rằng tất cả các sự vật cấu hợp {pháp hữu vi} đều không có tự tính nhưng lại có thể dẫn đến giác ngộ vô thượng. Điều này không ngăn trở quý vị dự đoán các hậu quả ngắn hạn nhưng không cho quý vị lấy thân người và của cải trong kiếp luân hồi làm mục đích.[376]

Bênh cạnh các động lực này, quý vị phải bố thí mà không có động lực về sinh nhai sai trái, theo đó, quý vị nghĩ rằng ”Nếu tôi bố thí, thì người lãnh đạo vv... sẽ xem tôi như một người rộng lượng và tôi sẽ được tôn trọng”. Đừng bố thí vì sợ rằng mình sẽ nghèo hoặc với động lực lừa đảo người hỏi xin bố thí. Hãy bố thí khi quý vị không bị phân tâm, không có tâm oán ghét hay sân hận. Hãy bố thí khi quý vị không ở trong tâm trạng nản lòng do các hành vi sai trái của người hỏi xin bố thí. Ngay cả khi quý vị thấy khuyết điểm của kẻ đã dối gạt quý vị vv..., đừng bố thí với động lực tuyên cáo những sai sót này cho người khác. Cuối cùng, hãy bố thí với niềm tin không thể lay chuyển được là mỗi hành động bố thí riêng rẽ sẽ làm khởi phát một hậu quả riêng rẽ.

Chương 10: Cách Thức Bố Thí

(3)) Cách thức bố thí

(a’)) Dạng bố thí nên tránh

(b’)) Cách thức bố thí

(4)) Các vật bố thí

(a’)) Giới thiệu vắn tắt vật bố thí được và vật không được bố thí

(b’)) Giải thích chi tiết vật bố thí được và vật không được bố thí

(1’)) Giải thích chi tiết về vật nội thân {các chi tiết của thân thể} không được bố thí

(a’’)) Bố thí không thích hợp về phương diện thời gian

(b’’)) Bố thí không thích hợp về phương diện mục đích

(c’’)) Bố thí không thích hợp về phương diện người xin bố thí

(2’)) Giải thích chi tiết về vật bên ngoài {vật ngoại thân} được và không được bố thí

(a’’)) Cách thức không bố thí vật bên ngoài

(1’’)) Bố thí không thích hợp về phương diện thời gian

(2’’)) Bố thí không thích hợp về phương diện vật cho

(3’’)) Bố thí không thích hợp về phương diện người {nhận bố thí}

(4’’)) Bố thí không thích hợp về phương diện vật chất

(5’’)) Bố thí không thích hợp về phương diện mục đích

(b’’)) Cách thức bố thí vật ngoại thân

(b)) Phải làm gì nếu không thể bố thí

(c)) Sử dụng biện pháp đối trị chướng ngại trong việc bố thí

(1)) Chướng ngại không quen bố thí

(2)) Chướng ngại tài sản sa sút

(3)) Chướng ngại tham chấp

(4)) Chướng ngại không nhìn thấy mục tiêu

(2'') Bố thí thuần túy bằng ý nghĩ

(d'') Tóm tắt

(3)) Cách thức bố thí

Phần này có hai nội dung

1. Dạng bố thí nên tránh
2. Cách thức bố thí

(a'')) Dạng bố thí nên tránh

Hãy bỏ qua một bên mười ba cách thức bố thí sau bởi vì chúng cần được loại trừ: (1) không bố thí ngay mà chỉ bố thí sau khi đã chần chừ; (2) bố thí dưới áp lực; (3) bố thí sau khi đã tự mình tham gia các công việc không phù hợp cả về phương diện giáo pháp lẫn các phương thức thế tục; (4) Tạo trước một cam kết rằng "ta sẽ bố thí bao nhiêu đây này" nhưng sau đó lại bố thí với số lượng ít hơn hoặc phẩm chất kém hơn; (5) bố thí để nhận lại điều mình mong muốn; (6) bố thí từng phần trong khi có thể bố thí tất cả trong một lần; (7) như là người cai trị, thả người phối ngẫu hay con cái của người khác mà vốn mình đã bắt cóc; (8) dùng áp lực để lấy của cải của cha mẹ, tôi tớ vv... rồi bố thí cho những người khác; (9) bố thí bằng phương pháp mà nó sẽ gây tổn thương cho người khác; (10) thuê dùng người khác để thực hiện việc bố thí trong khi mình không làm chi cả; (11) bố thí trong lúc chỉ trích hay khinh miệt người xin bố thí, trong lúc quý vị đang gián tiếp chỉ trích và có khinh thị với người hỏi xin hoặc trong lúc quý vị làm người nhận sợ hãi với những lời nói

khó nghe; (12) bố thí trong lúc quý vị đang phạm các giới luật do đức Phật răn cấm và (13) không bố thí khi vừa tạo được của cải mà chỉ bố thí sau khi đã tích lũy chúng trong một thời gian dài. [377]

Thật vậy, các Bồ-tát xem việc bố thí của cải mà quý vị tích trữ là sai trái, nhưng không có gì sai trái khi bố thí ngay lúc vừa có chúng. Bởi vì chẳng có thêm chút công đức nào trong việc tích lũy của cải rồi bố thí ngay trong một lần, và bởi vì quý vị đã khước từ những lời cầu xin bố thí trong lúc quý vị đang tích trữ của cải; rồi quý vị cảm thấy ray rứt và có khi lại bố thí cho người không có nhu cầu hỏi xin. Những điểm nêu trên, đề cập trong *Bồ-tát Địa*, rất quan trọng bởi vì quý vị có thể thấy rằng trong suốt quá trình tích trữ của cải, quý vị gây ra nhiều phiền não như tính bủn xỉn vv..., rằng rắc rối trong việc bảo vệ tài sản trở thành một chướng ngại cho nhiều thiện hạnh và thông thường là quý vị sẽ đánh mất chúng vào một lúc nào đó và cuối cùng sẽ không còn có thể bố thí được nữa.

(b”)) Cách thức bố thí

Trước tiên, hãy nở nụ cười với vẻ mặt rạng rỡ rồi mới cho một người nhận bất kỳ, thể hiện sự kính trọng bằng lời lẽ chân thật. Hãy bố thí bằng chính đôi tay của quý vị, vào lúc thích hợp mà không làm thương tổn người nào hết và chia sẻ nỗi thống khổ của khó khăn bất kỳ. Kết quả của những hành động này được mô tả trong *Đế Giả Phẩm*:[1]

> Bằng tấm lòng từ thiện có bởi một ý thức phục vụ, ngươi sẽ nhận được sự phục vụ từ những người khác, như thân nhân

---

[1]BA206 *Satyaka-parivarta* (nghĩa là Người Thuyết Chân Lý thuộc chương thứ tư của *Arya-bodhisattva-gocaropaya-visayavikurvana-nirdeśa-nama-mahayana-sutra* (*dịch là: Bồ-tát Hạnh Cảnh Biến Hiện Phương Tiện Giải Đại Thừa Kinh*) D146: Pa 112b2-3.

> của ngươi chẳng hạn; với sự bố thí bằng chính đôi tay của mình, ngươi sẽ có được những người phục vụ ngươi; với sự bố thí vào thời điểm thích hợp, ngươi sẽ thành tựu mục đích của mình đúng lúc.

Và lại nữa:

> Bằng tấm lòng từ thiện không gây tổn thương bất kỳ ai, ngươi sẽ có được của cải ổn định; với việc bố thí trong lúc chịu đựng điều không thoải mái, ngươi sẽ có được những người bạn đồng hành thân thuộc.

Vi Diệu Pháp Báu Luận của ngài Thế Thân thuyết rằng từ việc làm từ thiện bằng chính đôi tay của mình, quý vị sẽ nhận được lượng của cải to tát. *Vi Diệu Pháp Báu Luận Tự Thích* giải thích rằng *"của cải ổn định"* có nghĩa là những của cải đó không bị ai xâm phạm và không bị lửa vv... hủy hoại. [378]

Hơn nữa, có một cách thức giúp những người khác trở nên rộng lượng. Nếu quý vị có một số của cải, hãy đến nhà các người keo kiệt, chưa từng bố thí, dù chỉ một vài lần. Với thái độ hoan hỷ và thư giãn, hãy dẫn dắt họ như sau: *"*Tôi thực sự có một số lượng lớn các tài vật. Tôi mong có một số người đến hỏi xin để tôi hoàn thiện bố thí Ba-la-mật-đa. Do đó, nếu ngài có gặp những người hỏi xin, thì thay vì quay lưng đi và chẳng bố thí gì, hãy lấy tài vật của tôi để bố thí cho họ. Hoặc hãy dẫn họ đến với tôi và hãy hoan hỷ với sự rộng lượng của tôi*"*. Việc này không làm hao hụt tài sản của các người keo kiệt này và họ sẽ hoan hỷ thực hiện lời yêu cầu của quý vị. Theo cách thức này thì họ gieo một hạt giống để loại bỏ tính keo kiệt. Bằng cách thức từ từ làm quen với hành động này, họ sẽ cho đi một ít tài sản của mình và bớt tham chấp một chút. Rồi cứ như thế, sự giảm thiểu tham chấp của họ sẽ lên mức thông thường, cứ như thế, họ sẽ bớt tham chấp rất lớn. Như là thông lệ, hãy bố thí những thứ mà quý vị sở hữu cho những ai như là thầy trụ trì, thầy, các học trò và bạn bè,

mà vốn là những người tham chấp nhiều và không thể bố thí, và bố thí cho những ai không như thế nhưng lại chẳng có gì để bố thí, và sau đó khiến cho họ cúng dường cho tam bảo thay vì quý vị tự làm. Hành động này của quý vị sẽ tạo ra rất nhiều công đức. Nó hóa giải các phiền não của một số người, đáp ứng nguyện vọng thực hành giáo pháp trong số tha nhân, tập hợp mọi người lại chung quanh quý vị và giúp họ tinh tấn.

Tương tự vậy, nếu quý vị không có tài sản riêng thì quý vị có thể tạo dựng tài sản bằng một nghề tay chân hay một công việc rồi bố thí nó đi. Hoặc quý vị có thể kể cho người khác nghe một câu chuyện đạo, trong đó thậm chí những người cùng đinh hay đau khổ cũng mong muốn được bố thí. Hoặc là tự đưa những kẻ xin bố thí đến nhà các người giàu có và có tín tâm và giúp đỡ tổ chức bố thí trong phạm vi mà quý vị có thể. Lại nữa, khi phân loại tài vật bố thí, hãy bố thí những thứ tốt trước và bố thí tất cả các tài vật dùng cho mục đích thiện nguyện.

(4)) Vật bố thí

Phần này có hai nội dung:

1. Giới thiệu vắn tắt vật bố thí được và vật không được bố thí
2. Giải thích chi tiết vật bố thí được và vật không được bố thí

(a")) Giới thiệu vắn tắt vật bố thí được và vật không được bố thí

Nói tóm lược, các Bồ-tát nên bố thí tha nhân những vật dụng có thể mang lại ngay lập tức các xúc cảm thú vị mà vốn không có các nguyên nhân gây ra sự tái sinh đau khổ và sẽ mang ích lợi tối hậu cho họ, do việc hoặc là xoá sạch tội lỗi của họ hoặc đặt họ vào với công đức. Ngay cả khi những thí vật này không tức khắc mang lại hạnh phúc, các Bồ-tát vẫn nên bố thí nếu chúng mang lại lợi lạc sau cùng. Các Bồ-tát không được bố thí những

vật gây đau đớn tức khắc và cuối cùng gây tổn hại hoặc những vật đem lại sự thú vị trước mắt nhưng cuối cùng lại gây tổn hại.

(b’’)) Giải thích chi tiết vật bố thí được và vật không được bố thí

Phần này có hai nội dung:

1. Giải thích chi tiết về vật nội thân được và không được bố thí
2. Giải thích chi tiết về vật ngoại thân được và không được bố thí

(1’’)) Giải thích chi tiết về vật nội thân được và không được bố thí

Một khi quý vị đã hiểu rõ về cách mà những vật nội thân không được dùng để bố thí, quý vị sẽ biết được ý nghĩa của điều trái ngược: những gì mà quý vị nên bố thí. Do đó, trước tiên, tôi sẽ giảng về vật không dùng để bố thí. Có ba ý:

1. Bố thí không thích hợp về phương diện thời gian
2. Bố thí không thích hợp về phương diện mục đích
3. Bố thí không thích hợp về phương diện người hỏi xin vật thí

(a’’)) Bố thí không thích hợp về phương diện thời gian

Ngay từ lúc đầu, các Bồ-tát bố thí cho mọi chúng sinh thân thể của các ngài vv... một cách thức hoàn toàn chân thành. Tuy nhiên, dù quý vị có thể được yêu cầu, thì đừng bố thí nhục thân mình vv... cho đến khi nào quý vị phát triển được thái độ đại bi. Rồi quý vị sẽ không phải tuyệt vọng trước nỗi khó khăn khi được yêu cầu bố thí những vật này. *Bồ-tát Học Luận* dạy rằng:[1]

> Đâu là sự tinh tấn đã khiến ngươi nản chí? Đó là khi một người có sức lực nhỏ bé lại đảm nhiệm hành động nặng nề

[1]BA207 *Śikṣāsamuccaya* Vaidya 1961b: 79; D3940: Khi 34a2-3.

hoặc mở rộng trong một thời gian dài; hoặc là khi những ai có tín tâm chưa hoàn toàn chín muồi lại đảm nhiệm những thao tác khó khăn, chẳng hạn như bố thí thịt da của mình và vv.... Mặc dù những Bồ-tát mới bắt đầu này đã bố thí thân thể mình cho tất cả mọi chúng sinh, họ vẫn né tránh việc sử dụng thân thể không đúng lúc. Nếu không thì họ sẽ tuyệt vọng khi có những chúng sinh đến hỏi xin bố thí thịt da của họ và như thế, làm tiêu tốn vô lượng kết quả tốt do việc phung phí hạt giống Bồ-đề tâm của họ. [380] Do đó, *Hư Không Bảo Vấn Kinh* {Kinh hỏi về báu vật từ hư không} dạy rằng:*"*Các ước nguyện chưa đúng lúc là hoạt động ma quỷ*"*.

Nhập Bồ-đề Hành Luận cũng dạy rằng:[1]

Đừng bố thí thân thể của ngươi
khi lòng bi mẫn chưa thanh tịnh.
Bằng mọi giá, hãy thí thân để đạt mục tiêu cao cả
trong kiếp này và những kiếp về sau.

(b'')) Bố thí không thích hợp về phương diện mục đích
Đừng bố thí thân thể quý vị cho mục đích nhỏ nhoi. *Nhập Bồ-đề Hành Luận* dạy rằng:[2]

Đừng hại thân vì lý do vụn vặt
Nó dùng cho tu tập giáo pháp tối cao
Theo cách này ngươi sẽ nhanh chóng
hoàn thành mục đích của các chúng sinh.

Khi từ trong tầm nhìn về mình, quý vị đã không còn các chướng ngại để bố thí – bao gồm keo kiệt và vv... – và khi từ trong tầm nhìn về tha nhân, {quý vị} có một mục đích về việc thành tựu

---

[1]BA208 BCA: 5.87.
[2]BA209 BCA: 5.86.

các mục tiêu của nhiều chúng sinh cần mà mục đích này vốn to tát hơn việc thân thí của quý vị, thì đừng bố thí thân thể và vv... nếu được hỏi xin. Khi quý vị được yêu cầu bố thí thân thể vv... cho những mục đích sai trái, như giết chóc chẳng hạn, vốn làm nguy hại quý vị và người khác thì hãy đừng bố thí nó dầu chỉ là tạm thời.

(c”)) Bố thí không thích hợp về phương diện người hỏi xin
Đừng bố thí tay chân vv... cho các ác thần hay cho kẻ bị ác thần nhập yêu cầu với chủ tâm gây hại bởi vì điều này sẽ gây tổn thương cho họ. Đừng bố thí khi người điên hay người có tâm thần không ổn định yêu cầu bởi vì những người này không thật tâm yêu cầu và các đòi hỏi của họ không đáng quan tâm. Chẳng những sẽ chẳng phạm giới nếu không bố thí cho họ mà sẽ phạm giới nếu bố thí.

Tùy duyên, ngoài những trường hợp trên quý vị nên bố thí thân thể mình nếu được yêu cầu. Ngoài ra, có hai cách thức bố thí thân thể: (1) Chặt đứt tay chân rồi bố thí hoàn toàn và (2) Tự giao nộp mình tạm thời cho người khác để làm nô bộc chẳng hạn để viên thành mục đích tôn giáo của họ.

(2”)) Giải thích chi tiết vật bên ngoại thân được và không được dùng để bố thí
Phần này có hai nội dung:

1. Cách thức không bố thí vật ngoại thân
2. Cách thức bố thí vật ngoại thân

(a”)) Vật ngoại thân không được bố thí
Phần này có năm ý:[381]

1. Bố thí không thích hợp về phương diện thời gian
2. Bố thí không thích hợp về phương diện vật thí
3. Bố thí không thích hợp về phương diện người nhận
4. Bố thí không thích hợp về phương diện vật chất
5. Bố thí không thích hợp về phương diện mục đích

(1”)) Bố thí không thích hợp về phương diện thời gian
Một ví dụ của hành động này là bố thí cơm sau bữa trưa cho người xuất gia hay người thọ giới một ngày.

(2”)) Bố thí không thích hợp về phương diện vật thí
Việc bố thi; không phù hợp về phương diện vật thí chẳng hạn là bố thí thức ăn và thức uống thừa cho một người giữ giới; bố thí thức ăn và thức uống bị ô nhiễm, dính phân, nước tiểu, nướng miếng, nước mũi, đồ bị nôn ra và máu mủ; bố thí tỏi, hành, thịt, rượu hoặc đồ ăn uống đã bị dính những thứ này cho những người cử những thứ này hay đang giữ giới cấm dùng những thứ này, mặc dù họ có thể cũng muốn dùng những thứ này; bố thí một đứa trẻ, một người nô bộc hoặc những đối tượng tương tự – ngay cả khi quý vị đã giải thích rõ ý nghĩa của việc bố thí và những người này vui vẻ chấp thuận – theo yêu cầu của một người mà quý vị không ưa thích, của ma quỷ, yêu tinh, cho kẻ thích gây gổ, kẻ vô ơn hay đãng trí; bố thí thức ăn uống không tốt lành và ngay cả bố thí thức ăn uống tốt lành nhưng với số lượng không điều độ cho người bệnh; bố thí thức ăn thơm ngon khi được yêu cầu của những người cực kỳ tham ăn vốn đã no đủ rồi; và bố thí kinh điển cho những triết gia ngoại đạo thích thương mãi, đang tìm chỗ chỉ trích, hoặc không muốn học hỏi ý nghĩa của kinh điển. Đó là cách thức diễn đạt trong *Bồ-tát Địa*.[1] Hãy tìm hiểu thêm chi tiết trong *Quyết Định Yếu Luận* (*Viniścaya-saṃgrahaṇi*):[2]

> Nếu ngươi bố thí một bản kinh văn Phật giáo đầy đủ theo yêu cầu của những người có trí tuệ non kém thì ngươi đã

---

[1]BA210 Bbh, Wogihara 1971:126; D4037: Wi 68b4-5.

[2]BA211 *Viniścaya-saṃgrahaṇi* D4038: Zi 39a3-b2. {tên khác *Yogā-caryā-bhūmi-nirṇaya-saṃgraha* tức *Du-già Hạnh Địa Định Hợp Luận*}.

phạm giới. Nếu ngươi xin thỉnh kinh từ người khác rồi bố thí cho họ thì ngươi cũng phạm giới. Nếu ngươi bố thí nhưng lòng nghĩ rằng ngươi có thể khêu gợi sự hứng thú nơi họ hoặc khiến họ hành trì giáo pháp thâm diệu thì ngươi sẽ không phạm giới.[382] Nếu ngươi bố thí một bản văn giáo thuyết dối trá hay một tập luận do những triết gia ngoại đạo soạn thảo cho các chúng sinh có tín tâm sau khi ngươi đã in chép nó ra hay từ cuốn sách mà ngươi sẵn có hay xin được của những người khác thì ngươi đã phạm giới.

Các Bồ-tát xóa bỏ kinh văn của các triết gia ngoại đạo mà họ sở hữu và in chép kinh Phật hoặc phải nhận thức rằng kinh văn ngoại đạo không hề có thực chất, phải thông báo rõ ràng cho người khác biết hay tốt hơn là xóa bỏ chúng đi và in chép các kinh Phật.

Nếu có người hỏi xin quý vị, một vị Bồ-tát, một xấp giấy trắng dự định để in chép kinh thì quý vị phải hỏi: *"Người định làm gì với xấp giấy này"*. Nếu câu trả lời là *"Tôi sẽ dùng nó vào mục đích thương mãi"* và đó là xấp giấy mà quý vị dự định dùng để in chép kinh thì không nên bố thí. Nếu quý vị có một khoản tiền tương đương với trị giá xấp giấy thì hãy bố thí {số tiền} cho người ta. Nếu không đủ số tiền tương đương với lượng giấy đó và không thể bố thí tiền lẫn giấy, thì quý vị sẽ chẳng phạm giới.

Nếu quý vị không định dùng chồng giấy trắng cho một mục đích tôn giáo, thì sẽ thật là vui sướng để khiến chồng giấy đó được trở nên hữu dụng qua việc bố thí nó đi. Cũng giống vậy, ngươi sẽ không phạm giới nếu không đáp ứng lời hỏi xin bố thí chồng giấy đó xuất phát từ tham vọng chuyển tải một quyển sách có nội dung thật sự xấu xa. Cũng cùng như thế cho trường hợp có người xin giấy để in chép một nội dung xoàng xĩnh. Nhưng hãy ý thức rằng quý vị sẽ phạm giới nếu từ khước lời yêu cầu của một người muốn in chép một bản văn có nội dung cao thượng.

(3”)) Bố thí không thích hợp về phương diện người nhận bố thí

Một ví dụ về bố thí cho người nhận không thích hợp là việc bố thí một kinh văn theo yêu cầu của một người trong khi quý vị vẫn mong muốn tìm hiểu văn bản này – quý vị vẫn chưa nắm được mục đích của văn bản nhưng không còn bị dính mắc của sự keo kiệt.

Lý do vì sao việc cho này lại không thích hợp được nêu ra sau đây. Bố thí giáo pháp này là nhắm vào bất kỳ trong ba mục đích: (1) Loại bỏ tính keo kiệt (2) hoàn tất việc đại huân tập tuệ giác tối thượng và (3) viên thành mục tiêu lớn lao của những người khác. Như vậy, nếu quý vị không bố thí thì quý vị vẫn có thể hoàn thành hai mục đích còn lại trong khi, nếu bố thí, hai mục đích này sẽ không còn được thực hiện nữa. [383] Quý vị không cần thực hiện mục đích thứ nhất vì trong trường hợp này, quý vị không còn tính bủn xỉn nên chẳng cần loại bỏ phiền não này. Nếu quý vị không bố thí thì quý vị sẽ thấy sự huân tập tuệ giác tối thượng sẽ tăng trưởng trong lúc, nếu bố thí thì sự tăng trưởng sẽ không bằng. Hơn nữa, nếu quý vị không bố thí thì quý vị sẽ thành tựu được sự huân tập tuệ giác tối thượng vì lợi lạc và hạnh phúc của toàn bộ chúng sinh và như vậy, quý vị sẽ có thể mang hạnh phúc đến cho người hỏi xin cũng như tất cả các chúng sinh khác. Trong khi nếu quý vị bố thí thì chỉ có một chúng sinh được hạnh phúc mà thôi.

Các mục đích lớn, nhỏ đều được đề cập theo cách thức này trong *Bồ-tát Địa*.[1] *Nhập Bồ-đề Hành Luận* cũng dạy rằng:[2] “Đừng bỏ cái lớn vì cái nhỏ”. Do đó, ở đây không chỉ có vấn đề không phạm giới nếu không bố thí.

---

[1]BA212 Bbh, Wogihara 1971:126-127; D4037: Wi 68b6-69a6.
[2]BA213 BCA: 5.83c.

Cách thức từ chối bố thí là tránh dùng từ ngữ thô lỗ, như: *"ta sẽ không bố thí vật ấy cho ngươi"* mà thông báo bằng phương tiện thiện xảo rồi mời người đó đi.

Phương tiện thiện xảo có nghĩa như sau. Trước hết, với tâm ý thanh tịnh, các Bồ-tát cúng dường mọi vật sở hữu cho tất cả chư Phật và chư Bồ-tát mười phương. Đây cũng giống như cách thức các tỳ kheo giữ tăng y và các vật dụng tương tự và để riêng ra trong ý nghĩ cho thầy trụ trì hay sư phụ của họ. Bởi vì các tỳ kheo đã cúng dường tăng y như vậy nên mặc dù họ để dành vật dụng sở hữu nhưng lại được gọi là "các Bồ-tát sống trong gia đình tôn giả"[1] và dứt khoát là có công đức tăng trưởng vô lượng.

Sau đó, các Bồ-tát giữ vật dụng sở hữu của mình làm tin như thể đó dành cho chư Phật và chư Bồ-tát. Nếu có kẻ hỏi xin và nếu vật dụng ấy thích hợp cho kẻ này thì Bồ-tát sẽ bố thí với ý nghĩ *"Tôi không có vật dụng sở hữu nào mà chư Phật và chư Bồ-tát lại không bố thí cho mọi chúng sinh"*. Nếu vật dụng ấy không thích hợp để bố thí, thì tuỳ theo các vật dụng đã được của họ đã được cúng dường lên chư Phật và Bồ-tát theo cách thức tương tự nghi thức để nhận vật dụng sở hữu của mình, các Bồ-tát thông báo cho người xin biết tình trạng và nói với từ ngữ dịu dàng *"Này thiện nhân của tôi, vật này thuộc về người khác. Đây không phải là thứ mà ta có thể bố thí cho người"*. Hoặc cách khác là Bồ-tát có thể bố thí số tiền gấp hai hay ba lần trị giá cuốn sách mà họ đã từ chối bố thí cho người xin. [384] Trong mọi trường hợp, thì người xin bố thí sẽ nghĩ về Bồ-tát như sau *"Không phải là lòng tham chấp đã ngăn người này bố thí cuốn*

---

[1]BA214 "Các Bồ-tát sống trong gia đình tôn giả" nghĩa là các tăng sĩ thuộc truyền thừa được xác định do bởi việc từ bỏ thế tục trong {gia đình đó} mỗi thành viên chỉ có một bộ y bát cũ tu tập những điều họ nên tiếp thu và tránh những gì họ nên xa bỏ.

sách cho ta; ông ấy không có quyền bố thí cuốn sách này*”*. Hành động này là sự rộng lượng của người khôn ngoan.

(4”)) Bố thí không thích hợp về phương diện vật chất

Một số ví dụ cho việc bố thí không thích hợp về phương diện vật chất là bố thí cha mẹ; bố thí các thức ăn uống có sâu bọ; bố thí vợ, con, nô bộc vv... mà quý vị chưa báo trước hay đã báo trước nhưng họ không đồng ý; hoặc bố thí vợ, con là những người thuộc loại đã quen với sự tiện nghi. Mặc dù quý vị không nên bố thí vợ, con vv... để phục vụ cho người khác, tôi đã bao gồm các bố thí này vào nhóm *“*vật chất*”* vì bố thí vật chất là hình thức bố thí được nhất mạnh nhất.

Quyết Định Yếu Luận dạy rằng ngay cả khi quý vị không thoả mãn một yêu cầu xin bố thí ba loại tăng y và bất kỳ loại y phục nào khác ngoài những loại y mà đức Phật đã cho phép người xuất gia được sở hữu, quý vị sẽ không phạm lỗi nếu quý vị không có thái độ tham chấp chúng và chúng là cần thiết để quý vị nuôi dưỡng công đức. Do đó, luận dạy rằng:[1]

> Nếu các Bồ-tát xuất gia bố thí vật dụng có dư – bao gồm các tăng y khác với tam y của họ – đã được đức Phật cho phép,

---

[1]BA215 *Viniścaya-saṃgrahaṇi*. D4038: Zi 39al-3. Ba loại y tăng: lớp áo trong, áo giữa, và áo choàng ngoài cho một tăng hay ni. Các tăng ni phải luôn giữ một bộ y tăng. {Một bộ áo tăng (skt. kāṣāya tên phiên âm: cà-sa) sẽ gồm ba loại áo hay ba thứ tăng y (hay tam y) tức là ba lớp áo cho tăng sĩ bao gồm: (1) nội y (skt. Antaravāsaka – tên phiên âm Y an-đà-hội) dùng mặc bên trong; (2) tăng y (skt. Uttarāsaṇga - tên phiên âm Y uất-đa-la-tăng) dùng để mặc khi thọ trai, giảng kinh, lễ bái … nên còn gọi là nhập chúng y; và (3) đại y (skt. saṃghāti – tên phiên âm Y tăng-già-lê) áo đắp ngoài chỉ dùng khi đi hành khất, lễ tháp, kính lễ cao tăng hay nghe kinh. Tăng Sĩ và Chiếc Áo Cà Sa. Thích Đồng Trí. Truy cập 10/10/2011. <http://www.phattuvietnam.net/nghiencuu/14930.html>}

> vốn là tài sản của chính họ, và cần thiết để duy trì sự thoải mái của họ, và rồi bố thí sau khi đã xem xét kỹ càng những người muốn có và hỏi xin thì họ sẽ không phạm lỗi. Ngay cả khi không bố thí thì họ cũng không phạm chút lỗi nào nếu lý do không bố thí là vì mục đích nuôi dưỡng công đức và nếu họ không tham chấp vào chúng.

Bồ-tát Giới Kinh dạy rằng:[1]

> Này Xá-lợi-phất, nếu các Bồ-tát lại cho đi ba loại tăng y của mình, đối xử với người hỏi xin quan trọng hơn chính mình thì họ đã không tuỳ theo vài tham vọng {để xem xét có nên bố thí không}.

Do đó, nếu Bồ-tát xuất gia bố thí ba loại tăng y của họ thì họ sẽ phạm giới. [385]

(5”)) Bố thí không thích hợp về phương diện mục đích

Ví dụ cho việc bố thí không thích hợp về phương diện mục đích là khi quý vị đáp ứng yêu cầu xin độc dược, khí giới, lửa hoặc rượu, vốn nhắm làm hại cho chính bản thân quý vị hay người khác; khi quý vị đáp ứng yêu cầu xin bố thí các món để chơi và giải trí có quan can đến một hiểm hoạ bị ngăn cấm vì việc tích tích lũy các nguyên nhân tái sinh ở cõi thấp; hoặc khi quý vị đáp ứng yêu cầu xin, hay học về bẫy, ổ phục và vv... nhằm để săn bắt các chúng sinh. Điều này có nghĩa là thật sự không thích hợp ngay cả khi chỉ dẫn về các thứ này nhằm mục đích gây hại cho sinh mạng và tài sản của họ. Một số ví dụ khác là bố thí đất đai hay ao hồ khi mà chúng được hỏi xin để gây hại chúng sinh cư ngụ trong các vùng nước hay đất khô; bố thí cho nhà cầm quyền

---

[1]BA216 Trích dẫn này của *Bồ-tát Giới Kinh* {skt. *Bodhisattva-prātimokṣa*} là từ trong *Bồ-tát Học Luận* {skt. *Śikṣāsamuccaya*} Vaidya 1961b: 80; D3940: Khi 81b4-5.

những nơi chốn này để làm hại người sinh sống ở đó; hoặc khi được hỏi xin những vật thí bởi một người mà quý vị không ưa, thì thay vào đó lại đem bố thí cho kẻ thù của người này.

(b”)) Cách thức bố thí vật bên ngoài (vật ngoại thân)
Quý vị phải bố thí vật ngoại thân nếu thời điểm bố thí không bị đạo sư ngăn cấm nhận vật thí đó và nếu việc bố thí cho người này là phù hợp và thích đáng. Hơn thế nữa, nếu quý vị, với tư cách người bố thí là một cá nhân ngược lại với điều giải thích trên {tức là bản thân người cho vì lý do gì đó không thích hợp để giữ vật thí} và tham chấp kinh văn, thì quý vị phải bố thí cho người hỏi xin và những ai mong muốn hiểu kinh văn này, ngay cả khi quý vị vẫn chưa hoàn tất áp dụng nó. Nói thế này, nếu quý vị có bản thứ hai thì quý vị bố thí bản này và nếu không có thì bố thí chi phí in chép kinh văn. Nếu quý vị không có tiền thì dứt khoát là quý vị nên bố thí kinh văn với ý nghĩ: *“Dù với việc bố thí này, tôi có thể vẫn còn tối dạ trong kiếp này nhưng điều đó không sao; tôi sẽ không dung thứ cho lòng tham chấp của mình”*.

Về vật chất, quý vị phải bố thí tất cả ngoại trừ những thứ liệt kê ở trên. Nếu quý vị là nhà cầm quyền và có người hỏi xin vợ con của người khác và vv... thì thật không thích hợp để đáp ứng yêu cầu bố thí này qua việc chia rẽ gia đình của họ nhưng quý vị có thể bố thí cho họ toàn bộ gia đình và nhà ở và các thứ tương tự cùng nhau. Cũng như vậy, quý vị phải đáp ứng yêu cầu bố thí đồ chơi mà với các thứ này không thể trở thành nguyên nhân khiến người ta tái sinh cõi thấp; bố thí các bẫy không làm hại chúng sinh khác; bố thí đất khô hoặc ao hồ mà chúng sinh trú ngụ khi không có sự nguy hiểm nào xảy ra; và bố thí đồ ăn, thức uống không có sâu bọ. [386] Thậm chí quý vị cũng nên bố thí thuốc độc, khí giới, lửa và rượu nếu có người xin để nhằm đem lại lợi cho chính họ và người khác.

Vấn: Ngài phải làm gì khi bố thí vật chất và có hai người cùng hỏi xin, một người thì nghèo và người kia thì giàu?

Đáp: Nếu quý vị cùng gặp hai người ngay từ đầu này và có thể đáp ứng yêu cầu của cả hai thì cứ bố thí. Tuy nhiên, nếu quý vị không thể làm như vậy thì trước tiên quý vị phải nghĩ: *"*Ta sẽ đáp ứng yêu cầu của người nghèo kia*"* và làm việc để bố thí cho người này. Như vậy, quý vị phải cho người giàu có biết tình hình và nói lời lẽ dịu dàng:*"*Bạn ơi, tôi đã dự tính ngay lúc đầu sẽ bố thí vật này cho người nghèo khó kia*"* và bố thí tài vật cho người không có tài sản.

Tôi đã viết các cách thức tu học các loại bố thí khác nhau vì chúng cực kỳ quan trọng cho những người mới hành trì giới Bồ-tát. Ngoại trừ vài trường hợp đặc biệt, tôi đã giải thích tất cả theo chủ ý của *Bồ-tát Địa*.[1]

(b)) Phải làm gì nếu không thể bố thí

Trong trường hợp lòng bám chấp chế ngự, khi có người hỏi xin, quý vị hãy nghĩ như sau: *"*Tài vật này và bản thân tôi chắc chắn sẽ xa rời nhau bởi cái chết; Nó sẽ bỏ ta và ta sẽ bỏ nó. Vậy thì, ta cũng có thể hoan hỷ bố thí vật này, đặt nó vào chỗ hữu dụng, chia tay nó cũng giống như tại thời điểm chết đi. Nếu ta bố thí thì ta sẽ không tham chấp của cải vào phút giây ta lìa đời. Ta sẽ không hối hận và lòng ta sẽ hoan hỷ và vui sướng*"*.

Nếu quý vị không thể bố thí ngay cả khi quý vị đã quán chiếu theo cách này, sau đó thông báo cho người hỏi xin bằng phương tiện của ba điều mà họ nên biết. Việc này được mô tả trong *Cư*

---

[1]BA217 một thí dụ về một trường hợp đặc biệt sẽ là lời giải thích về cách thức dẫn dắt một người keo kiệt trở nên rộng lượng (LRCM: 378). Đây là trường hợp đặc biệt vì thông thường quý vị phải hỗ trợ.

sĩ Ugra Vấn Kinh[1]; vốn thuyết điều quý vị nên nói: ”Tôi là người mới tu tập Đại thừa và tôi vẫn là người có căn cơ và thiện căn chưa chín muồi. Tôi cũng bị ảnh hưởng bởi thái độ thiếu rộng lượng. Hơn nữa, tôi là người chấp mạnh mẽ vào quan điểm về ngã và về nhận thức thường hằng của ngã và các thuộc tính của ngã. Do đó, hỡi người trác tuyệt, hãy thứ lỗi và đừng đưa tôi vào tình thế khó xử. Tôi sẽ cố gắng làm thoả mãn những ý tưởng của các ngài và của tất cả chúng sinh”. [387] Theo *Bồ-tát Học Luận*, điều này nhằm loại trừ lỗi lầm tiếp theo của từng việc đánh mất tin tưởng của người khác, nhưng không loại trừ được lỗi lầm của sự keo kiệt, một lỗi lầm nơi Bồ-tát mà tất cả đều nhìn vào. Tuy nhiên, dường như thực hiện điều này có thể ngăn ngừa việc phạm trọng giới về việc không bố thí giáo pháp và tài sản do tính keo kiệt. *Ba-la-mật–đa Tập Luận* cũng dạy rằng:[2]

> Nếu ngươi không thể bố thí do căn cơ quá thấp
> Mặc dù có người đến hỏi xin
> Để tránh cho họ không bị tủi thân
> hãy an ủi họ với ngôn từ mềm mỏng
>
> Từ nay nếu có người đến xin bố thí
> hãy cố gắng không để họ tủi thân và tuyệt vọng
> và sửa chữa khuyết điểm keo kiệt.
> Hết lòng cố gắng đoạn trừ sự bám chấp.

(c)) Dựa vào các biện pháp đối trị các chướng ngại trong việc bố thí

---

[1]BA218 Trích dẫn về *Cư Sĩ Ugra Cầu Vấn Đại Thừa Kinh* {skt. *Ārya-gṛha-paty-ugra-paripṛcchā-nāma-mahāyānā-sūtra*} D63: Nga 264b5-265a4 từ trong *Tập Bồ-tát Học Luận* {skt. *Śikṣāsamuccaya*} *Vaidya* 1961b: 14-15; D3940: Khi 14al-15a4.

[2]BA219 PS: 1.57-58; D3944: Khi 221bl-2.

Theo những chi tiết được tìm thấy trong *Quyết Định Yếu Luận*, {skt. *Yogā-caryā-bhūmi-nirṇaya-saṃgraha* được dịch là *Du-già Hạnh Địa Định Hợp Luận*} có bốn chướng ngại sau:

(1)) Chướng ngại không quen bố thí
(2)) Chướng ngại tài sản sa sút
(3)) Chướng ngại tham chấp
(4)) Chướng ngại không nhìn thấy mục đích

(1)) Chướng ngại không quen bố thí
Chướng ngại không quen bố thí là khi quý vị không muốn bố thí cho người hỏi xin ngay cả khi quý vị có tài vật để bố thí. Biện pháp đối trị là tránh phạm khuyết điểm không quen bố thí bằng cách nhanh chóng tỉnh thức, xem xét tình trạng và quán chiếu: *"*Khuyết điểm này dứt khoát là hậu quả của sự không quen bố thí trước đây của ta*"* và: *"*Hơn nữa, nếu ta không bố thí vật này, ta cũng sẽ không thích bố thí trong kiếp sau*"*. Do đó, hãy rộng lượng.

(2)) Chướng ngại tài sản giảm thiểu
Chướng ngại tài sản giảm thiểu là khi quý vị không cảm thấy rộng lượng bởi vì quý vị có ít của cải. Biện pháp đối trị là bố thí sau khi quý vị mong muốn chấp nhận nỗi khổ của sự nghèo khó với ý nghĩ: *"*Trong suốt thời gian trôi lăn trong luân hồi, ta đã không giúp đỡ tha nhân và đã phải chịu nhiều nỗi khổ không thể chịu đựng nỗi như đói, khát vv... cũng như là phải bị khống chế của một tác nhân nào khác – mà đó chính là nghiệp ban đầu của ta. [388] Bởi thế, ngay cả nếu ta chết từ nỗi khổ của cuộc đời này do giúp đỡ người khác, thì chỉ có tốt hơn cho ta khi rộng lượng; trong khi quay lưng đi với người hỏi xin thật là điều không phải. Ngay cả khi không có những tài vật kia, ta sẽ vẫn sẽ sống như một số loài cây dại*"*.

(3)) Chướng ngại tham chấp

Chướng ngại do tham chấp là khi quý vị không cảm thấy độ lượng chừng nào quý vị vẫn còn bám chấp những vật chất cực kỳ hấp dẫn và quý giá vốn được đem bố thí. Biện pháp đối trị là nhanh chóng nhận biết khuyết điểm tham chấp của quý vị rồi suy nghĩ *"*Nhận thức sai lầm cho rằng *'*ta hạnh phúc*'* trong mối liên hệ đến thứ có bản chất là khổ sẽ đem lại khổ đau cho ta trong trong tương lai*"*. Hãy hiểu điều này, đoạn trừ tâm tham chấp và bố thí tài vật của quý vị.

(4)) Chướng ngại không nhìn thấy mục đích

Chướng ngại không thấy được mục địch là khi quý vị không hiểu biết lợi ích của việc đạt giác ngộ hoàn hảo, vốn phụ thuộc vào bố thí, nhưng lại nghĩ về lợi ích có nhiều của cải rồi mới bố thí. Biện pháp đối trị là nhanh chóng nhận biết khuyết điểm này và xem xét cách thức, mà nói chung, tất cả các vật do duyên sinh huỷ diệt lập tức theo từng thời điểm, và nói riêng, của cải cũng sẽ tiêu tan và lìa xa quý vị; và sau đó hoàn toàn hồi hướng công đức bố thí cho mục đích đại giác ngộ.

Nếu quý vị bố thí mà chỉ nghĩ đến nghiệp quả của bố thí là của cải và những thứ tương tự thì quý vị sẽ có nhiều của cải nhưng sẽ không đạt giải thoát cũng giống như các thương gia bố thí không do dự tất cả hàng hóa của họ cho người khác đánh đổi lấy một cái giá là lợi nhuận, nhưng lại không nhận được công đức. *Tứ Bách Kệ Tụng* của ngài Thánh Thiên dạy rằng:[1]

> *"*Từ sự bố thí cho người này
> ta sẽ nhận về một phần thưởng to tát".
> Cho và nhận như thế được xem thấp
> Thành muốn lợi lạc trong kinh doanh.

[1]BA220 *Tứ Bách Kệ Tụng* (skt. *Catuḥ-śataka-śāstra-kārikā-nāma*) 5.95; D3846: Tsha 6a7.

(2”) Bố thí thuần túy bằng ý nghĩ

Việc bố thí thuần túy bằng ý nghĩ có nghĩa là sau khi đến chỗ vắng người, quý vị hướng tâm vào trong, với động cơ thuần khiết và tín tâm từ đáy con tim, quý vị kiến tạo bằng các ý tưởng một lượng khổng lồ bất khả tư nghì các vật thí phong phú và quán tưởng là mình đang cúng dường cho tất cả các chúng sinh khác. [389] Việc này làm tăng trưởng vô lượng công đức không mấy khó khăn, và hơn nữa, đây là sự bố thí của các Bồ-tát thiện tri như đề cập trong *Bồ-tát Địa*.[1] Tuy *Đồng Tử Vấn Kinh*[2] dạy rằng đây là việc được hoàn tất bởi những ai không có của cải nhưng cũng vẫn thích hợp những người giàu có.

Những cách thế này dành cho các Bồ-tát thiện tri bố thí khi họ không có của cải và công ăn việc làm cho đến khi họ đạt được mức thứ nhất {địa đầu tiên}, quả vị hoan hỷ địa mà tại đó không còn sự nghèo khó về của cải. *Bồ-tát Địa* dạy rằng:[3]

> Như vậy, đây là cách thức bố thí của các Bồ-tát thiện tri khi họ không có của cải và cho đến khi họ đạt quả vị hoan hỷ địa. Vì Bồ-tát hoan hỷ địa đạt được quả vị siêu vượt các cõi tái sinh nghèo khó nên họ cũng của cải bất khả cạn kiệt trong tất cả các kiếp.

(d”) Tóm tắt

Sau khi quý vị đã thọ Bồ-tát giới, hãy có các khấn nguyện tu học cách thực hành bố thí ở các mức độ cao, và rồi sau đó hãy hành trì các pháp này. Hãy thông hiểu và tu học những điều được phép làm và không được làm trong các cách thức bố thí mà quý vị có thể tiến hành ngay lập tức như đã giải thích bên trên.

---

[1]BA221 Bbh, Wogihara 1971:126; D4037: Wi 68b3-4.
[2]BA222 *Đồng Tử Vấn Kinh* (skt. *Subāhu-paripṛcchā*) D70: Ca 156a4-b5.
[3]BA223 Bbh, Wogihara 1971:126; D4037: Wi 68b3-4.

Cụ thể là quý vị phải dựa vào các biện pháp đối trị sự keo kiệt về thân thể, của cải và các thiện căn của quý vị. Sau khi quý vị đã cố gắng tinh tấn đều đặn trong pháp bố thí, quý vị phải phát tâm hoan hỷ trong việc thực hành và phải khởi lên cảm xúc nuối tiếc vì đã không luyện tâm theo cách thức này sớm hơn. Bởi vì, như *Đồng Tử Vấn Kinh*[1] đã dạy rằng một khi quý vị làm điều này, quý vị sẽ có thể hoàn tất được bố thí Ba-la-mật-đa không mấy khó khăn trong một kiếp sống khác, trong khi nếu quý vị chịu thua không làm gì và bỏ nó qua một bên, thì, không những quý vị sẽ liên tục bị ô uế bởi các lỗi rất nặng, mà trong những kiếp khác, các người cũng sẽ không muốn tiến hành bố thí, và như thế điều đó sẽ trở nên vô cùng khó để nhập Bồ-tát hành. [390]

Hơn nữa, *Bồ-tát Học Luận* dạy rằng:[2]

> Tâm Bồ-đề là gốc rễ của các bố thí như thế
> Vậy nên, đừng từ bỏ động cơ này để làm bố thí
> Đấng Chiến thắng đã dạy "Hình thức bố thí tối thượng trên thế gian
> là ước muốn bố thí kèm với tâm Bồ-đề".

Do đó, hãy toàn tâm {giữ chánh niệm} với Bồ-đề tâm – tức là nền tảng của các Bồ-tát hạnh – hãy tu tập, hãy cầu giải thoát và hãy khẩn nguyện để trở nên giác ngộ tạo nên gốc rễ của tất cả mọi bố thí và loại bố thí tối cao, nên hãy tu tập chăm chỉ các điều này. Đây là điều mấu chốt tuyệt vời được tổng kết ý nghĩa trong *Đồng Tử Vấn Kinh*.

---

[1] BA224 *Đồng Tử Vấn Kinh* D70: Ca 157a6.
[2] BA225 PS: 1.61; D3944: Khi 221b4.

Chương 11: Trì Giới Ba-la-mật-đa

(ii) Cách thức tu tập trì giới Ba-la-mật-đa
- (a') Trì giới là gì?
- (b') Cách bắt đầu tu tập trì giới
- (c') Phân loại giới luật
  - (1') Giới luật kiềm chế
  - (2') Giới luật tích luỹ công đức
  - (3') Giới luật hành động vì lợi lạc chúng sinh
- (c') Cách tu tập
- (d') Tóm tắt

(ii)) Cách thức tu tập đức hạnh trì giới

Phần này có năm nội dung:
1. Trì giới là gì?
2. Cách thức bắt đầu nuôi dưỡng đức hạnh trì giới
3. Phân loại giới luật
4. Cách thức tu tập
5. Tóm tắt

(a') Trì giới là gì?

Trì giới là một thái độ kiêng tránh, hướng tâm thức xa khỏi việc gây hại chúng sinh khác cũng như là những gốc rễ của các nguy hại như thế. Do đó, quý vị thực thi việc trì giới Ba-la-mật-đa bằng cách dần dần tăng trưởng thói quen với thái độ nói trên đến khi quý vị đạt được thành tựu. Tuy nhiên, đây không phải là trường hợp quý vị tiến hành trì giới Ba-la-mật-đa đến chỗ viên mãn trong thế giới bên ngoài qua việc đưa các chúng sinh đến một trạng thái thoát khỏi tất cả các nguy hại. Nếu không, bởi vì vẫn còn chúng sinh chưa thoát khỏi nguy hại, chư Phật nhập thế trong quá khứ đã không thể thành tựu được việc hoàn thiện hạnh trì giới của các ngài – điều này vốn phi lý – và do đó, không thể dẫn dắt chúng sinh từ nơi nguy hại đến chốn tự do. Bởi thế, dù

mọi chúng sinh trong thế giới bên ngoài có thoát hay không thoát được sự nguy hại cũng không khác biệt nhau trong ngữ cảnh này; tu tập hạnh trì giới chỉ là sự thuần thục trong nội tâm của quý vị với thái độ kiêng tránh, xa lánh việc hại người. *Nhập Bồ-đề Hành Luận* dạy rằng:[1]

> Ở đâu chúng sinh như cá có thể được chuyển dời
> Nơi mà chúng sẽ không hề bị giết?
> Do đó, bằng cách thành tựu thái độ kiêng tránh
> Ngươi đạt giới hạnh Ba-la-mật-đa. [391]

Mặc dù đức hạnh trì giới được phân ra thành ba loại [trì giới kiềm chế, trì giới huân tập công đức, trì giới hành vi vì lợi lạc chúng sinh], trong nội dung này, nó được giảng giải như là thái độ kiêng tránh theo nghĩa của hạnh trì giới kiềm chế – nhánh chính trong ba phân loại. Hơn nữa, về phương diện động cơ, chính mười điều giới loại bỏ mười điều ác[2]; và về phương diện nó thực sự là gì, chính bảy điều giới, vốn là bản chất hành động của của thân và khẩu, là sự kiên tránh bảy điều bất thiện. *Nhập Trung Luận Thích* (*Madhyamakāvatāra-bhāṣya*) của ngài Nguyệt Xứng dạy rằng:[3]

---

[1]BA226 BCA.-5.il.

[2]Mười điều thiện (thập thiện đạo) và mười điều bất thiện (thập bất thiện đạo) thật ra là các nói trái ngược nhau khi giữ giới không vi phạm các điều bất thiện tức là thi hành mười điều thiện. Mười điều bất thện cần tránh bao gồm giết hại, trộm cắp, tà dâm (ba giới về thân), nói dối, nói vu khống, nói lời vô nghĩa, nói lăng mạ, dèm pha (4 giới về khẩu), tham lam, sân hận, và cố chấp những quan điểm sai trái (si) (3 giới về ý). Như vậy ba điều thuộc về thân và bốn điều thuộc về khẩu lập nên 7 điều giới.

[3]BA227 *Madhyamakāvatāra-bhāṣya* (MAVbh) chú giải về *Madhyamakāvatāra* 2.1a;D3862: Ha 231a2-4. Đây là cách dùng theo ý nghĩa của một số gốc từ Phạn ngữ có thể tạo thành từ mới s'ito (nghĩa là "giới"): s'i ("để xuống"), s'i ("trì theo") and *syai* (cp. slta) (nghĩa là "làm hạ nhiệt").

Nó được gọi là trì giới vì nó không dung nạp phiền não, vì nó không cho lỗi lầm phát sinh, vì nó là nguồn mát mẻ dập tắt ngọn lửa của niềm đau thương hay vì nó là chỗ dựa của sự hoàn hảo bởi do nó là nguyên nhân của hạnh phúc. Hơn nữa, nó được đặc trưng bởi bảy điều giới. Chúng được Ba phẩm tính: không tham chấp, không hận thù và chánh kiến chính làm động cơ thúc đẩy của chúng. Do đó, trì giới được giảng giải như là thập đạo nghiệp {mười con đường của hành vi} trong nội dung bao hàm động cơ.

(b') Cách thức bắt đầu tu tập hạnh trì giới

Là một người phát tâm cầu giác ngộ {Bồ-đề tâm} và phát nguyện tu tập Bồ-tát hạnh, quý vị đã hứa mang lại cho mọi chúng sinh trang nghiêm trì giới của chư Phật toàn hảo; do đó, quý vị phải thành tựu các mục đích của mọi chúng sinh. Về việc này, trước hết quý vị phải phát triển sức mạnh hạnh trì giới thanh tịnh của chính quý vị; bởi vì nếu sự trì giới của chính mình không được thanh tịnh và suy thoái, thì quý vị sẽ đọa sinh cõi thấp và do đó, quý vị sẽ không thể viên thành lợi lạc của chính quý vị huống chi là lợi lạc của người khác. Bởi thế, một khi bắt đầu hành động vì lợi lạc của người khác, hãy đề cao trì giới của quý vị. Quý vị cần tập trung cao độ vào việc trì giữ nó và kiềm chế hành vi của mình. Đừng buông lơi chút nào. *Ba-la-mật-đa Tập Luận* dạy rằng:[1]

> Những người cố gắng mang đến cho tất cả chúng sinh
> Sự trang nghiêm từ hạnh trì giới của chư Phật toàn hảo
> trước tiên tịnh hóa trì giới của chính họ;
> Với trì giới thanh tịnh, họ phát triển uy lực. [392]

Và:

---

[1]BA228 PS: 2.1, 2.48; D3944; Khi 221b4, 224al-2.

Nếu ngươi không thể thành tựu lợi lạc cho mình vì phạm giới
Thì uy lực đâu để lo lợi lạc cho người?
Do đó, những ai phấn đấu vì lợi ích tha nhân
Không buông lơi việc tu tập trì giới.

Hơn nữa, trì giới thanh tịnh được dựa trên việc tu tập – như đã được ghi thành điều luật – tiếp thu điều gì và đừng làm điều gì. Hơn nữa, việc này phụ thuộc vào một thái độ mạnh mẽ và bền bỉ mong muốn trì giữ giới. Như vậy, hãy phát tiển một ước nguyện trì giới của quý vị qua việc quán chiếu trong một thời gian dài về những hậu quả nghiêm trọng khi phạm giới và những lợi ích của trì giới.

Liên quan đến điều thứ nhất, hậu quả nghiêm trọng của việc phạm giới, *Ba-la-mật-đa Tập Luận* dạy rằng:[1]

Do đó, hãy thấy được nỗi sợ hãi khôn tả
Và đoạn trừ điều phải đoạn trừ dù là nhỏ nhất.

Do đó, một khi đã khiếp sợ các hậu quả nghiêm trọng từ những hành động sai trái của mình, quý vị phấn đấu kiềm chế không để tái phạm, dù là lỗi nhỏ nhặt nhất. Hãy nghĩ như tôi đã giảng giải trước đây về hậu quả nghiêm trọng của thập bất thiện hành – tức là các hành vi thô lậu nhất vốn không thích hợp.[2]

Về phương diện lợi ích của việc giữ giới, tôi đã giảng giải ở phần trước[3] và nội dung này cũng được đề cập trong *Ba-la-mật-đa Tập Luận*[1] của ngài Thánh Dũng {Āryaśūra} vĩ đại.

---

[1]BA229 PS: 2.49ab; D3944: Khi 224a2.
[2]BA230 LRCM: 158-203; Đại Pháp quyển 1, chương 14 and 15.
[3]BA231 LRCM: 269-270; *Great Treatise* 1:342-343.

Những tố chất thiêng liêng, những khả năng của con người, nhờ đó mà hoan hỷ
Và niềm hỷ lạc tối thượng và những mùi vị tối thượng là sự diệu kỳ của các giác thể
Có điều gì tuyệt vời hơn đến từ giới luật?
Ngay cả chư Phật và giáo pháp cũng khởi sinh từ đấy.

Hơn nữa, tuỳ thuộc theo việc trì giới dòng tâm thức của quý vị dần dần phát triển; việc tu tập của quý vị trở nên sánh cùng với chư Bồ-tát-ma-ha-tát[2], vốn có bản tánh bi mẫn; và quý vị sẽ đạt trí huệ siêu phàm thanh tịnh loại bỏ được tất cả các mầm mống của hành vi sai trái {ác nghiệp}. Những trang sức thế tục, khi được mang trên mình các người rất trẻ và rất già, làm họ trông rất buồn cười và do đó là xấu xí. Nhưng bất kỳ người nào có trang nghiêm giới luật – già, trẻ hay trung niên – cũng đều hoan hỷ; do đó, nó là thứ trang sức tốt nhất. Mùi hương ngọt ngào của giới luật danh tiếng tỏa khắp muôn phương trong khi các mùi hương ngọt ngào khác phải theo hướng gió và do đó bị hạn chế. [393] Kem tẩm mùi đàn hương, vốn giải nhiệt, bị cấm dùng cho các người xuất gia nhưng nước giải nhiệt phiền não thì không bị cấm và là thích hợp cho họ. Một kẻ bắt chước dáng vẻ bên ngoài của một người xuất gia nhưng có được hạt ngọc giới luật thì siêu việt hơn người khác. *Ba-la-mật-đa Tập Luận*[3] dạy rằng:

Giới luật là con đường thành tựu đặc biệt
Thành tựu ngang bằng những ai có bản tánh bi mẫn,
và có được bản tánh vô song của tuệ giác tối thượng.
Không chút tỳ vết, đó là loại trang nghiêm tốt nhất.

---

[1]BA232 PS: 2.47; D3944: Khi 223b6-224al.
[2]Thuật ngữ Phạn là Bodhisattva-mahasattva dịch nghĩa là đại Bồ-tát. Riêng thuật ngữ maha-sattva hàm ý sự thanh tịnh vĩ đại. Bồ-tát ma-ha-tát là tên phiên âm thường thấy trong các kinh Hán-Việt.
[3]BA233 PS: 2.60-61; D3944: Khi 224b3-5.

Đó là mùi hương ngọt ngào lan tỏa tam giới
và là nước thơm không cấm người xuất gia dùng.
Ngay cả những kẻ bắt chước đắp y, nếu trì giới luật
Họ sẽ hơn hẳn những người còn lại.

Hơn nữa, những lợi ích khác cũng khởi sinh từ việc trì giới: mặc dù quý vị không dùng lời lẽ khôn khéo và không cố gắng hết sức trong gian nan, quý vị sẽ tự nhiên huân tập được ngay tức khắc những nguồn tài lực cần thiết; ngay cả không có vũ lực hay đe dọa mà tất cả chúng sinh đều đảnh lễ quý vị; không có đồn đại phù phiếm về dòng họ quý vị; những người trước đây chưa hề biết hay giúp đỡ quý vị thì nay lại đối xử tử tế với quý vị một cách tự nhiên; chư thiên và người đều tôn quý hạt bụi dưới bước chân quý vị và mang về để thờ tự. *Ba-la-mật-đa Tập Luận* dạy rằng[1]:

Ngay cả khi không nhắc đến hay trải qua gian khó
Ngươi lập tức tích luỹ các nhu yếu và sự phục vụ
Chẳng hề đe dọa mà cả thế giới bái yết ngươi
Ngươi có được uy lực mà chẳng cần dụng công hay chịu cực nhọc.

Ngươi thuộc loại người mà chẳng ai dám lộng ngôn.
Thậm chí những kẻ không quen biết ngươi từ trước
Chẳng hề giúp đỡ hay đáp ứng các thứ ngươi cần
Đều bái yết ngươi – một người hành trì giới hạnh.

Thiện nhân sùng bái hạt bụi được bàn chân ngươi gia hộ,
Khấu đầu trên đó; chư thiên và người đều cúi đầu
Đặt bụi trên đỉnh đầu và mang theo tất cả những gì thỉnh được. [394]

---

[1] BA234 PS: 2.62-64; D3944: Khi 224b5-7.

Do đó, người trì giới thuộc về dòng truyền thừa tối thượng.

Thiện tri thức vốn quán chiếu kỹ những lợi ích và hậu quả nghiêm trọng trên đây phải trì giới của họ như được giảng giải trong *Ba-la-mật-đa Tập Luận*:[1]

> Do tham chấp hạnh phúc của họ {chúng sinh}, chư Bồ-tát
> không phạm giới luật, vốn cần được giữ gìn.

Và

> Bởi vì ngươi điều phục chính mình, ngươi có được hạnh phúc;
> Bởi vì ngươi có trang sức được xưng tụng bởi bậc thiện tri, ngươi giữ gìn giới luật;
> Khi viên thành mọi pháp tu,
> Hãy nương dựa hoàn toàn vào giới luật mà không kiêu ngạo.

Hơn nữa, sau khi quý vị đã xua đi nỗi sợ hãi thuần túy về các cảnh giới đau khổ và ước mong đối với sự thù thắng của chư thiên và cõi người, hãy trì giới của mình vì việc đưa mọi chúng sinh trong giới luật. *Ba-la-mật-đa Tập Luận* dạy rằng:[2]

> Bất cứ người nào phát nguyện xác lập giới luật thuần tịnh
> Mỗi chúng sinh trong thế giới vô lượng
> Và dựa vào giới luật để làm lợi cho thế gian
> Được gọi là trì giới Ba-la-mật-đa.
>
> Do đó, hãy xua đi nỗi sợ hãi về các giới khốn khổ
> Và ước mong đến các diệu kỳ của những vương quốc và địa vị thanh cao;

---

[1] BA235 PS: 2.49cd, 2.51c-52b; D3944: Khi 224a2-3,224a4.
[2] BA236 PS: 2.59,2.65; D3944: Khi 224b2-3,224b7.

Gìn giữ giới luật không hoen ố và hãy dựa trên
Sự trì giới vì ngươi đang phấn đấu vì lợi lạc của thế gian.

(c’) Phân loại giới luật

Có ba loại giới luật

1. Giới luật kiềm chế
2. Giới luật huân tập thiện hạnh
3. Giới luật hành động vì lợi lạc chúng sinh

(1’) Giới luật kiềm chế

Bồ-tát Địa dạy rằng giới luật kiềm chế là bảy điều của biệt giải thoát giới.[1] Do đó, giả sử có người đã thọ biệt giải thoát giới và cũng hành trì Bồ-tát giới, thì giới luật kiềm chế hoặc là những điều biệt giải thoát giới thực thụ của nhóm các cư sĩ hay tăng sĩ, hoặc là một thực hành kiềm chế hay kiêng tránh vốn có liên quan đến các điều giới thật sự đó. [395] Lại nữa, giả sử có những người đã thọ Bồ-tát giới mà vốn không thuận tiện để thọ nhận biệt giải thoát giới, thì giới luật kiềm chế chính là sự tu tập kiềm chế và kiêng tránh, không thực hiện các hành vi sai trái về bản chất hay bất kỳ hành vi nào bị giới cấm vốn liên quan đến các điều luật biệt giải thoát giới.

(2’) Giới luật huân tập công đức

---

[1] BA237 Bảy loại trong biệt giải thoát giới được liệt kê theo người nhận giới: Tỳ-kheo {skt. bhikkhu} và tỳ-kheo ni {bhikkhunī}; sa-di nam {skt. sāmanera} và sa-di nữ {skt. sāmaṇerī}, nam cư sĩ {skt. upāsaka} và nữ cư sĩ {skt. upāsikā}, và học tôn ni {sikkhāmānā} để trở thành một tỳ kheo ni [Sau hai năm trì giới để xem có thể đủ duyên trở thành tì-kheo ni] {Ở đây thuật ngữ *học tôn ni* được người dịch dùng chiếu theo chữ Phạn của nó đồng thời nhận thấy có sự khác biệt về cách xác định trong một số tài liệu phật giáo Việt ngữ dùng chỉ người mới gia nhập tăng đoàn trong vòng hai năm tập sự và thường gọi là *học nữ*}.

Giới luật huân tập thiện hạnh {công đức} có nghĩa là quý vị chuyên chú vào các thiện hạnh, như sáu Ba-la-mật-đa chẳng hạn, rồi phát triển các thiện hạnh mà quý vị chưa phát triển trong tâm thức, tránh không làm tổn hại đến các thiện hạnh mà quý vị đã phát triển và tăng cường cả hai lên một tầm cao hơn.

(3') Giới luật hành động vì lợi lạc chúng sinh

Giới luật hành động vì lợi lạc chúng sinh có nghĩa là quý vị chuyên chú vào lợi lạc của mười một loại chúng sinh và sau đó hoàn tất các mục tiêu của họ trong kiếp này và các kiếp sau theo một phương thức thích hợp mà không có hành vi sai trái nào.[1] Bởi vì tôi đã đề cập chi tiết đến các điều nói trên trong tác phẩm *Lộ Trình Cơ Bản Để Tỉnh Giác*[2] của ta, nhất định quý vị nên đọc đi đọc lại tác phẩm này.

Như vậy, bởi vì các biệt giải thoát giới là một phương diện của giới luật cho các tu sĩ xuất gia đã thọ Bồ-tát giới, chúng không được tách riêng khỏi Bồ-tát giới. Lại nữa, trong ba lớp giới luật, giới luật kiềm chế – tức là các biệt giải thoát giới thật sự hay là việc tu tập xúc tiến những gì được tiếp thu hay từ bỏ những gì bị kiêng tránh – thật cực kỳ quan trọng trong giai đoạn khởi đầu, ngay cả đối với các Bồ-tát tu tập theo cách này. *Quyết Định Yếu Luận* dạy rằng:[3]

---

[1]BA238 Mười một loại chúng sinh {thập nhất chủng chúng sinh} là (1) người cần sự giúp đỡ; (2) người bối rối để có được phương tiện đúng đắn; (3) người giúp đỡ; (4) người phiền não do sợ hãi; (5) người phiền não do đau buồn; (6) người nghèo khó; (7) người mong muốn nơi trú ngụ; (8) người muốn hài hoà tinh thần; (9) người hành vi đúng đắn; (10) người hành vi sai trái; và (11) người cần được giữ giới bởi các năng lực siêu nhiên.

[2]BA239 *Byang chub sems dpa'i tshul khrims kyi mam* được chi tiết hoá từ *byang chub gzhung lam,* Tatz 1986:115, 121-132. Tên ở đây là *Tshul khrims le'u mam bshad.*

[3]BA240 *Viniścaya-saṃgrahaṇi* {*Quyết Định Yếu Luận*} P5539: 80.5.5-7.

> Trong ba phương diện của giới luật, thì giới luật kiềm chế bao gồm và đạt mức hai giới luật kia; khi ngươi hành trì và giữ gìn giới luật kiềm chế thì ngươi cũng hành trì và giữ gìn hai giới luật kia và khi ngươi không hành trì và giữ gìn giới luật kiềm chế thì ngươi cũng không hành trì và giữ gìn hai giới luật kia. Hậu quả là nếu giới luật kiềm chế của các Bồ-tát thoái chuyển thì tất cả các giới luật khác cũng thoái chuyển.

Nếu quý vị nghĩ rằng biệt giải thoát giới là dành cho các bậc Thanh Văn, nếu quý vị bỏ qua các phép tắc luật lệ và nghiêm cấm của giới này và nói rằng: ”Có những điều giới khác, các Bồ-tát giới, để hành trì” thì quý vị không nắm được điểm mấu chốt của việc tu tập Bồ-tát giới bởi người ta thường nói rằng giới luật kiềm chế là nền tảng và nguồn gốc của hai loại giới luật kia. [396]

Hơn nữa, khía cạnh chủ yếu của giới luật kiềm chế là kiêng tránh thực hiện các hành vi sai trái về bản chất. Hơn nữa, tất cả các thừa, thấp và cao, đều dạy rằng việc kiêng tránh thực hiện các hành vi sai trái về bản chất là việc kiêng tránh thập bất thiện nghiệp, vốn cấu thành từ điểm then chốt của các sai lầm chính yếu trong hành vi sai trái về bản chất. Quý vị phải ngăn chặn một cách đúng đắn chính thân, khẩu, ý của mình, qua việc không cho phép dù một tia ý loé lên của động cơ đơn thuần cho mười hành vi sai trái đó. *Ba-la-mật-đa Tập Luận* dạy rằng:[1]

> Đừng để cho mười thiện hành thoái chuyển
> Đó là đạo pháp đến diệu lạc quả vị cao hay giải thoát
> Bằng cách trì giữ các giới này, ngươi đạt mục tiêu của mình

---

[1] BA241 LRCM: 371.13.

Vốn là quán chiếu đặc biệt, trong đó, ngươi nghĩ về việc giúp đỡ chúng sinh

Hãy kiểm soát thân, khẩu, ý ngươi thật đúng đắn
Phật thuyết "giản ngôn: đây là giới".
Mọi giới luật gồm trong nền tảng này
Vậy nên hãy trì giới kiềm chế.

Đạo sư Nguyệt Xứng cũng giảng giải tu tập trì giới Ba-la-mật-đa là xa lánh mười hành vi bất thiện trong chương trì giới Ba-la-mật-đa của tác phẩm *Nhập Trung luận Thích* của ngài và những lời giảng giải này cũng được thể hiện trong nhiều bộ kinh, như *Bồ-tát Địa* chẳng hạn. Do đó, nếu từ đầu quý vị luyện tâm qua sự kiềm chế như được đề cập ở trên thì quý vị sẽ dễ dàng thành tựu hai loại giới luật kia.

(c') Cách thức tu tập

Quý vị tu tập ba loại giới luật trong sự liên hệ với sáu phạm trù tối thượng[1] và sáu Ba-la-mật-đa. Khi quý vị tu tập kết hợp với sáu Ba-la-mật-đa thì sự rộng lượng của hạnh trì giới sẽ xác lập các chúng sinh khác trong hạnh trì giới sau khi quý vị đã tự ổn định chính mình trong đó. Các Ba-la-mật-đa còn lại được đề cập ở trên.[2]

(e') Tóm lược

Đừng để suy yếu mà hãy ngày càng tăng cường tâm giác ngộ {tâm Bồ-đề} – nền tảng của các Bồ-tát hạnh – là gốc rễ của việc tiến hành trì giới và vv.... Đó cũng là cách tốt nhất từ bỏ việc

---

[1]Sáu phạm trù tối thượng tức là: (1) Nền tảng tối thượng, (2) Các vật thí tối thượng, (3) Mục đích tối thượng, (4) Phương tiện thiện xảo tối thượng, (5) Hồi hướng tối thượng, và (6) Thanh tịnh tối thượng. Xem lại giải thích chi tiết trong chương 9.(c').1 Phân loại bố thí.

[2]BA242 LRCM: 371.13.

gây hại cho bất kỳ chúng sinh nào. Hãy thiết tha thực hành đức tính trì giới của những bậc đã đạt quả vị cao và rồi hãy tu dưỡng tâm mình. [397] Hãy thành tâm học hỏi tức khắc những gì cần theo, những gì cần bỏ và bắt đầu hành trì giới luật của một Bồ-tát bậc thấp. Cụ thể là hằng ngày hãy thường xuyên rèn luyện một thái độ kiêng tránh những hành vi mà quý vị biết là sai trái về bản chất, như mười hành vi bất thiện chẳng hạn, và những hành vi sai lạc do bị ngăn cấm. Lại nữa, trong số những giới cấm này, hãy nỗ lực lập đi lập lại việc áp dụng thái độ kiêng tránh đối với các vi phạm trọng yếu về các giới mà quý vị đã thọ nhận. Một khi quý vị làm như vậy, quý vị sẽ có khả năng thành tựu Bồ-tát hạnh trong một kiếp khác như là một hậu quả hoạt hoá tương ứng về duyên khởi với ít khó khăn và gian khó hơn. Tuy nhiên, nếu quý vị xem nhẹ những điều này, quý vị sẽ liên tục bị ô nhiễm bởi trọng tội và phạm giới; hơn nữa quý vị sẽ không thể nào tu học Bồ-tát hạnh trong nhiều kiếp. Do đó, từ nay hãy phấn đấu cho các thực hành này.

Chương 12: Nhẫn nhục Ba-la-mật-đa

(iii) Cách tu tập nhẫn nhục Ba-la-mật-đa

(a’) Nhẫn nhục là gì?

(b’) Cách thức bắt đầu tu tập nhẫn nhục Ba-la-mật-đa

(c’) Phân loại nhẫn nhục

(1’) Phát triển nhẫn nhục bất kể nguy hại xảy ra cho mình

(a’’) Ngưng sự thiếu nhẫn nhục đối với những kẻ làm hại mình

(1’’) Ngừng sự thiếu nhẫn nhục đối với những kẻ ngăn trở hạnh phúc của mình và những kẻ gây đau khổ cho mình

(a)) Chứng minh rằng sân hận là không đúng

(1)) Phân tích về mặt đối tượng thì sân hận là không chính đáng

(a’)) Phân tích cho thấy bất kể đối tượng có tự chế được hay không, thì sân hận là không chính đáng

(b’)) Phân tích cho thấy bất kể là ngẫu nhiên hay bản năng, thì sân hận là không chính đáng.

(c’)) Phân tích cho thấy bất kể sự gây hại là trực tiếp hay gián tiếp, thì sân hận là không chính đáng

(d’)) Phân tích cho thấy bất kể nguyên nhân thúc đẩy kẻ gây ác, thì sân hận là không chính đáng

(2)) Phân tích về mặt chủ quan thì sân hận là không chính đáng

(3)) Phân tích về cơ bản, thì sân hận là không chính đáng

(a’)) Phân tích nguyên nhân của việc gây hại và sự sai sót từ đâu

(b’)) Phân tích sự cam kết của mình

(b)) Chỉ ra rằng lòng bi mẫn là phù hợp

(2’’) Ngừng sự thiếu nhẫn nhục đối với những ai ngăn trở sự tôn kính, tiếng tăm hay danh dự của mình và với những ai xem thường mình hoặc những ai nói lời xúc phạm hay khó nghe về mình

(a)) Ngừng sự thiếu nhẫn nhục đối với những người ngăn trở mình ba sự việc –sự tôn kính, tiếng tăm hay danh dự

(1)) Quán chiếu rằng ba thứ này vốn thiếu các phẩm tính tốt đẹp

(2)) Quán chiếu rằng ba thứ này vốn có các khiếm khuyết

(3)) Sự cần thiết hoan hỷ nhờ có những ai ngăn trở sự tôn kính và vv... của mình

(b)) Ngừng sự thiếu nhẫn nhục đối với những ai xem thường hoặc nói những lời xúc phạm hay khó nghe về mình

(b’’) Ngừng cả sự không hài lòng với thành công của những người gây hại lẫn sự thoả thích khi họ gặp rắc rối

(2’) Phát triển nhẫn nhục chấp nhận khổ đau

(a’’) Lý do phải dứt khoát chấp nhận khổ đau

(b’’) Cách thức phát triển sự chấp nhận

(1’’) Bác bỏ ý nghĩ cho rằng khi khổ đau xảy đến thì đó là tuyệt đối khó chịu.

(2’’) Chứng minh rằng chấp nhận khổ đau là phù hợp

(a) Quán chiếu về các phẩm tính tốt của khổ đau

(b) Quán chiếu về các thuận lợi của sự chịu đựng các gian khó khổ đau

(1)) Quán chiếu về các lợi lạc cốt lõi chẳng hạn như sự giải thoát và vv...

(2)) Quán chiếu về lợi ích của việc xua tan khổ đau bất khả tư lường {đau khổ khôn lường}

(c) Cách thức mà việc chịu đựng khổ đau không còn khó nữa nếu mình từng bước làm quen với nó, bắt đầu với khổ đau nhỏ

(c'') Giải thích chi tiết từ các quan điểm của các nền tảng

(3') Phát triển nhẫn nhục về sự xác tín vào giáo pháp

(d') Cách tu tập

(e') Tóm tắt

(iii) Cách tu tập nhẫn nhục Ba-la-mật-đa

Giải thích về cách tu tập nhẫn nhục Ba-la-mật-đa gồm có năm nội dung:

1. Nhẫn nhục là gì?
2. Cách bắt đầu nuôi dưỡng nhẫn nhục Ba-la-mật-đa
3. Phân loại nhẫn nhục
4. Cách thức tu tập
5. Tóm tắt

(a') Nhẫn nhục là gì?

Nhẫn nhục là (1) không chú trọng đến nguy hại xảy ra cho bản thân, (2) chấp nhận khổ đau phát sinh trong dòng tâm thức quý vị, và (3) xác tín về giáo pháp và giữ vững tín tâm. Có ba yếu tố không tương hợp với các điều này: tương phản với điều thứ nhất là sự thù hận; với điều thứ hai là sự thù hận và thiếu can đảm; với điều thứ ba là thiếu lòng tin và không ưa thích. Nhẫn nhục Ba-la-mật-đa có nghĩa là quý vị đơn thuần hoàn tất việc tạo điều kiện cho một trạng thái của tâm mà ở đó quý vị đã ngừng được sân hận và các xúc cảm tương tự. Điều đó không phụ thuộc vào việc giải thoát cho tất cả chúng sinh khỏi các hành vi thiếu đạo đức {của họ}, bởi vì quý vị sẽ không thể nào làm việc này được,

và bởi vì quý vị thành tựu hoàn tất mục tiêu của mình bằng cách rèn luyện tâm thức của chính mình. *Nhập Bồ-đề Hành Luận* dạy rằng:[1]

> Kẻ hành xử tùy tiện nhiều như hư không
> Ngươi sẽ chẳng thể nào đổi thay được họ
> Nhưng nếu đơn thuần chiến thắng tâm sân hận
> Thì điều này khác chi đánh bại mọi kẻ thù. [398]
>
> Ở đâu ngươi kiếm cho đủ số da thuộc
> Để bao trùm cả bề mặt thế gian đây?
> Chỉ cần mang một đôi dép da này
> Có khác chi phủ che toàn trái đất.
>
> Tương tự thế, không thể nào đổi được
> Vật bên ngoài, nhưng nếu một khi
> Ta thay đi trạng thái của tâm mình
> Thì đâu cần đổi thay các vật khác?

(b') Cách thức bắt đầu tu tập nhẫn nhục Ba-la-mật-đa

Mặc dù có nhiều cách để tu tập nhẫn nhục Ba-la-mật-đa, để mở đầu, tôi sẽ giảng giải về quán chiếu lên các lợi lạc của sự nhẫn nhục và những khiếm khuyết của sự thiếu nhẫn nhục. Các lợi lạc này được đề cập trong *Bồ-tát Địa*:[2]

> Trước tiên, các Bồ-tát xem xét các lợi ích của nhẫn nhục. Họ nghĩ rằng "những người có lòng nhẫn nhục sẽ không có nhiều kẻ thù và sẽ không có nhiều phân ly với những người thân cận của họ. Họ sẽ có nhiều hạnh phúc và mãn nguyện. Họ sẽ không hối tiếc vào thời điểm lìa bỏ cõi đời và khi thân xác tan rã, họ cũng sẽ tái sinh vào hàng ngũ chư Thiên trong

---

[1] BA243 BCA: 5.12-14.
[2] BA244 Bbh, Wogihara 1971:195-196; D4037: Wi 105b3-6.

các cõi hạnh phúc ở trạng thái cao quý". Bằng cách nhìn vào các lợi ích như vậy, họ cũng trở nên nhẫn nhục. Họ ứng xử với người khác trong việc trì giữ nhẫn nhục, và họ cũng tán thán lòng nhẫn nhục. Khi nhìn thấy những người có đức tính nhẫn nhục, họ lấy làm hoan hỷ và lòng tràn ngập niềm vui.

Ba-la-mật-đa Tập Luận dạy rằng:[1]

Được dạy rằng "Nhẫn nhục là phương cách hay nhất
Khắc phục khuynh hướng xem thường lợi ích tha nhân
Nhẫn nhục, đối trị sai sót sân hận,
Bảo vệ mọi toàn hảo của thế gian này

Nhẫn nhục là trang sức đẹp nhất của người dũng mãnh
Uy lực lớn nhất của các bậc tu khổ hạnh
Và là dòng nước dập tắt lửa ác tâm
Nhẫn nhục rửa bớt đi nguy hại của đời này và kiếp khác.

Những mũi tên trong lời nói từ những ai vô kỷ luật
Bị lụt cùn bởi giáp nhẫn nhục của thượng nhân
Những kẻ vô luân sau này dâng lời hoa mỹ
Vốn vì sự hấp dẫn bởi vỏ trang sức của danh thơm.[399]

Lại nữa:

Nhẫn nhục cũng là thợ khéo chạm khắc sắc thân Phật
Trang nghiêm thành hảo tướng cho các phẩm hạnh tuyệt vời.

Như vậy, ngài Thánh Dũng {skt. Āryaśūra – tác giả của *Ba-la-mật-đa Tập Luận*} tán dương nhẫn nhục bởi nhiều lợi lạc mà nó mang lại: nó ngăn không cho quý vị quay lưng bỏ lại lợi ích của người khác do các cảm nhận sai lạc của chúng sinh; nó giúp quý

[1] BA245 PS: 3.3-5,3.8bc; D3944: Khi 225al-3,225a5.

vị ngưng khởi tâm sân hận, vốn là kẻ thù hủy diệt nhiều thiện căn; nó là món trang sức quyến rũ vì nó chịu được tác hại của những ai có chút quyền lực; nó là sức mạnh siêu việt của những tu sĩ khổ hạnh, vốn bị giày vò bởi phiền não; nó là dòng nước dập tắt đám lửa lớn của ác tâm; nó là áo giáp không thể bị đâm thủng bởi các mũi tên tà kiến của những người hành xử vô kỷ luật; nó là thợ khéo tạc tượng kim thân Phật, thu hút ánh mắt và tâm thức chúng sinh. Hơn nữa, *Nhập Bồ-đề Hành Luận* dạy rằng:[1]

Kẻ nào tinh tấn tu tập và chiến thắng được sân hận
Được hạnh phúc trong kiếp này và cả những đời sau.

Khi quý vị thường xuyên có nhẫn nhục, quý vị sẽ không làm hư hoại thái độ hoan hỷ của mình, do đó, quý vị luôn luôn hạnh phúc, ngay cả trong đời này. Hơn nữa, nhẫn nhục kết thúc sự tái sinh vào cõi thấp trong các kiếp sau, khiến tái sinh một cách đặc biệt trong các cảnh giới hạnh phúc và cuối cùng mang đến sự tốt đẹp chắc chắn, do đó, một cách tối hậu, quý vị sẽ được hạnh phúc trong kiếp này và những kiếp sau.

Hãy quán chiếu về các lợi lạc này cho đến khi quý vị đạt đến một xác quyết mạnh mẽ, chắc chắn về mối quan hệ nhân quả, trong đó những lợi lạc như vậy phát sinh từ nhẫn nhục.

Về những khiếm khuyết của sân hận, những khiếm khuyết vô hình đề cập sau đây. *Nhập Bồ-đề Hành Luận* thuyết:[2]

Bất kỳ những thiện hạnh nào,
Như hạnh bố thí và cúng dường các Thiện Thệ {skt. sugata}
Mà ngươi đã huân tập được qua cả ngàn kiếp lượng

---

[1] BA246 BCA: 6.6cd.
[2] BA247 BCA: 6.1.

Tất cả đều tiêu tan trong một thoáng hận sân.

Ngài Thánh Dũng nêu lên vấn đề này một cách chính xác như được trình bày trong *Nhập Bồ-đề Hành Luận*. *Văn-thù-sư-lợi Du Hí Đại thừa Kinh* {skt. *Mañjuśrī-vikrīḍita-nāma-mahāyānā-sūtra*} có đề cập đến việc thiện đức tích lũy trong hàng trăm kiếp lượng bị tiêu hủy và *Nhập Trung Quán Luận* của ngài Nguyệt Xứng cũng dạy rằng thiện đức tích lũy qua nhiều trăm trung kiếp tu tập bố thí và trì giới Ba-la-mật-đa sẽ bị tiêu tan với chỉ một thoáng ý nghĩ sân hận.[400]

Về việc người thọ nhận và các thọ nhận sự sân hận hủy hoại như thế phải là ai, thì một số cho rằng là các Bồ-tát, trong khi một số khác lại khẳng định là một người thọ nhận thông thường. Ý kiến thứ nhất phù hợp với câu kệ sau trong *Nhập Trung Quán Luận*:[1]

> Cho nên, một thoáng sân hận đến con Phật {một Bồ-tát}
> Phá hủy thiện đức phát khởi do bố thí và trì giới
> Đà tích lũy hơn nhiều trăm kiếp lượng.

Liên quan đến người khởi sân hận, *Nhập Trung Quán Luận* của ngài Nguyệt Xứng dạy rằng nếu sân hận bởi các Bồ-tát có thể phá hủy các thiện căn của họ, điều đó không nói đến sự sân hận của người không phải là Bồ-tát hướng đến các Bồ-tát. Bất kể việc liệu người nhận của sân hận này có đúng là một Bồ-tát hay việc liệu các khiếm khuyết được hiểu vốn là nguyên nhân của sự sân hận là thật hay không thì việc hủy hoại của các thiện căn cũng sẽ giống như đã được giải thích trên đây [nghĩa là thiện căn tích lũy suốt hàng trăm kiếp lượng bị tiêu tan].

---

[1]BA248 MAV: 3.6ac; D3861: Ha 203a5-6.

Nói chung, sự phá hủy của các thiện căn không nhất thiết đòi hỏi sự sân hận hướng tới các Bồ-tát hay không phải Bồ-tát. *Bồ-tát Học Luận* dạy:[1] [2]

> Kinh thuộc Nhất Thiết Hữu Bộ {skt. Ārya-sarvāstivādin} cũng thuyết: đức Thế Tôn dạy "Này các tỳ kheo, hãy xem xét một tỳ kheo có tín tâm hạ bái hoàn toàn một bảo tháp có chứa móng tay và tóc của đức Phật".
> "Bạch Thế Tôn, vâng".
> "Này các tỳ kheo, vị này sẽ trải nghiệm trị vì như một vị Chuyển Luân Vương một ngàn lần số lượng các hạt cát trong phạm vi tám mươi bốn ngàn dậm dưới mặt đất được che phủ do thân thể của người này khi hạ bái – sâu cho đến lớp dĩa vàng chống đỡ trần gian".
> Kế tiếp, tôn giả Ưu-ba-ly {skt. Upali}, lúc đó đang ở xa nơi đức Phật đang ngồi, chắp tay cung kính bạch rằng: "Thế Tôn đã bảo rằng thiện căn của vị tỳ kheo này rất lớn. Bạch Thế Tôn, làm sao mà các thiện căn này lại có thể cạn kiệt, giảm sút, xóa bỏ và tiêu tán?" [401]
> "Này Ưu-ba-ly, khi một tội như ác ý đã xảy ra cho một đạo hữu thì điều đó tựa như một vết thương hay một phế tật. Thật Ta {cũng} không thấy hết nổi toàn bộ tác hại của nó. Hỡi Ưu-ba-ly, điều {tội lỗi} này làm suy giảm, xóa bỏ và

---

[1] BA249 *Śikṣā-samuccaya* D3940: Khi 84a2-7.

[2] Trích dẫn này thuộc về Phẩm Hộ Thọ Dụng Phước (quyển 10) *Tập Bồ-tát Học Luận* từ *Chánh Tân Tu Đại Tạng Kinh*. Có một bản dịch Việt của Thích Như Điển (dịch từ Hán văn – bản in 2010). Có vài chi tiết sai biệt về nội dung của đoạn kinh văn này vốn có gốc Hán văn. Cũng tìm thấy một số bản dịch Anh ngữ nữa được phổ biến, chẳng hạn thư viện Đại Học Toronto Canada (Truy cập 30/10/2011 <http://www.archive.org/details/sikshasamuccayac00santuoft>) cho thấy các bản Anh ngữ dù khác khác nhau về văn tự nhưng đều đồng nghĩa nên chúng tôi quyết định theo sát nội dung nguyên Bản Anh ngữ.

tiêu tán các thiện căn to tát đó. Cho nên, này Ưu-ba-ly, nếu ngươi không cảm xúc ác ý lên một tàn cây cháy rụi thì có cần chi phải đề cập về việc cảm xúc {ác ý} đó hướng tới một thân xác có ý thức?"

Lập thuyết của một số học giả: "ý nghĩa của việc phá hủy thiện căn là trong việc phá hủy khả năng trổ quả nhanh chóng của những thiện đức trước đây, quý vị làm chậm quá trình trổ quả của chúng. Do đó, sân hận chẳng hạn, sẽ trổ quả trước nhưng chắc chắn không phải là trường hợp các hạt giống thiện căn sẽ không trổ quả khi gặp đủ duyên sau này, bởi vì, nếu cho rằng không có lộ trình thế tục nào có thể loại bỏ những nhân cần loại bỏ thì {lộ trình ấy cũng} không thể loại bỏ các hạt giống phiền não được".

Đáp: Lập luận này là không có cơ sở bởi vì (1) ngay cả việc tịnh hóa theo đó phàm phu tẩy trừ các bất thiện đức bằng biện pháp đối trị của nó là bốn năng lực của sám hối cũng không phải là sự loại bỏ các hạt giống của nó; tuy nhiên, các hạt giống đó sẽ không thể trổ quả dù cho sau này chúng có thể gặp đủ duyên; (2) ngay cả khi thiện và bất thiện nghiệp, vốn được hoạt dụng thông qua các quả riêng biệt của chúng, không bị mất đi các hạt giống, thì dù ngay cả các hạt giống đó gặp đủ các yêu cầu, chúng không còn có thể trổ quả được; và (3) khi quý vị đạt được trình độ cuối cùng và trình độ nhẫn nhục của giai đoạn chuẩn bị [trình độ thứ 2 và thứ 3 của cấp độ thứ tư] thì quý vị không loại bỏ nhân của ác hạnh dẫn đến tà kiến và các cõi đọa sinh thấp; tuy nhiên, ngay cả khi gặp đủ duyên, nhân của ác hạnh không thể dẫn đến tà kiến và các cõi đọa sinh thấp được nữa.

Hơn nữa, lập luận này là không có cơ sở bởi vì đoạn kệ đã trích dẫn ở phần trên [*Vi Diệu Pháp Báu Luận Tự Thích* của ngài Thế Thân] nói rằng:[1]

> Khi các nghiệp khởi sinh luân hồi
> Có nghiệp nặng, có nghiệp gần kề
> Có cái quen thuộc, có cái đã gây trước hết
> Trong số này, nghiệp ban đầu sẽ chín trước.

Bất kỳ thiện hay bất thiện nghiệp nào đang tựu quả thật sẽ tạm thời ngưng cơ hội trổ quả của một nghiệp khác; tuy nhiên, cũng không có nghĩa là {chúng ta} không thể xác lập được rằng việc hoạt hóa của quả đi trước có phá hủy thiện đức hay bất thiện đức không. Cũng không phù hợp để cho rằng: "việc phá hủy các thiện căn" có nghĩa là tạm thời trì hoãn quá trình trổ quả; nếu không, điều phi lý theo đó là tất cả các nghiệp bất thiện mạnh mẽ phải được xem là tác nhân hủy diệt của các thiện căn. [402]

Do đó, liên quan đến vấn đề này, đạo sư Thanh Biện {skt. Bhavaviveka} nói (như đã giải thích)[2] rằng trong cả trường hợp tịnh hóa ác hạnh bằng bốn năng lực sám hối lẫn sự phá hủy các thiện căn với tà kiến và ác ý, thì các hạt giống của thiện nghiệp hay bất thiện nghiệp đều không thể thể trổ quả khi gặp đủ điều kiện đòi hỏi cũng giống như hạt đậu bị hư không thể trở thành cây giá dù có thể gặp đủ điều kiện.

Hơn nữa, như đã giải thích[3] mặc dù quý vị gột rửa sự huân tập tội lỗi thông qua việc tịnh hóa bằng bốn năng lực sám hối[4], điều

---

[1]BA250 *Abhidharma-kośa-bhāṣya* D4090: Khu 94b4-5, cũng được trích dẫn trong LRCM: 188.16; *Đại Pháp* 1: 242.

[2]BA251 LRCM: 199-200; *Đại Pháp* 1: 255-256.

[3]BA252 LRCM: 201-202; *Đại Pháp* 1: 257.

[4]Bốn năng lực của việc sám hối bao gồm: (1) Năng lực về hỗ trợ – nghĩ nhớ đến tất cả chúng sinh có thể bị làm tổn thương, phát Bồ-

này vẫn không mâu thuẫn với thực tế là quý vị làm chậm đi việc phát sinh các lộ trình tu tập cao hơn. Theo đó, đối với một số người, sân hận phá hủy của cải và thân thể quý hiếm của họ – tức là các quả tương ứng của việc bố thí và gìn giữ giới luật – nhưng không thể phá hủy khả năng dễ dàng tái tạo ra các thiện căn bởi việc bố thí và trì giới qua các ý nghĩa về hậu quả ứng xử tương hợp một cách nhân quả của các thói quen bố thí và trì giới cũng như là thái độ kiêng tránh của họ. Đối với một số người khác, sân hận phá hủy sự xuất hiện liên tục của một loại ứng xử thiện đức tương hợp nhân quả như là trì giới và vv..., nhưng sân hận lại không phá hủy sự tạo thành của một thân quý hiếm, của các tài sản và vv.... Một số [Bồ-tát] chứng ngộ được đạo pháp qua đó họ thăng tiến đến sự hoàn thiện trong một kiếp lượng nếu họ không khởi tâm sân hận đối với một vị Bồ-tát khác đã có linh kiến về sự giác ngộ sắp tới của mình (như đã giải thích ở phần trên).[1] Nếu họ chỉ khởi một niệm sân hận đối với một vị Bồ-tát khác như vậy thì đạo pháp không bị loại bỏ ra khỏi dòng tâm thức của họ nhưng sự tiến bộ trên lộ trình tu chậm lại theo độ dài của một kiếp lượng.

Tóm lược, cũng như trong trường hợp tịnh hóa bất thiện đức, không cần thiết tịnh hóa từng hậu quả ứng xử, về việc phá hủy thiện đức, không nhất thiết phải phá hủy từng hành vi hậu quả ứng xử. Tuy nhiên, bởi vì điều quan trọng và cấp thiết là việc phân tích nó theo các kinh sách của đức Phật vô song và việc suy luận dựa trên các kinh văn đó, quý vị nên nghiên cứu kinh sách kỹ càng và tiến hành phân tích.

đề tâm và quy y Tam Bảo; (2) Năng lực về hối tiếc – tự kiểm thảo và công nhận các hành vi tiêu cực của mình; (3) Năng lực về giải trừ – tự hứa không tái phạm các hành vi sai trái đó; và (4) năng lực về hành vi đối trị – tiến hành các hành vi thiện đức chẳng hạn như bái lạy Phật, đọc chân ngôn (Mật chú), cúng dường, …

[1]BA253 LRCM: 334.

Như vậy, những khiếm khuyết vô hình của sân hận là nó tự phóng hoạt các quả, vốn cực kỳ khó chịu, và nó ngăn chặn việc khởi sinh các quả thiện đức đối nghịch, vốn rất thú vị.

Những khiếm khuyết nhãn tiền của sân hận trong kiếp này là quý vị sẽ không thể nào trải nghiệm được tâm an lạc và thiện lành; niềm vui và hạnh phúc mà quý vị đã có trước đây phai tàn và quý vị không thể nào lấy lại niềm vui và hạnh phúc đó; quý vị sẽ không thể nào ngủ ngon; và quý vị sẽ làm suy yếu sự ổn định trong đó tâm quý vị được bình thản. Khi lòng quý vị tràn ngập sự thù hằn thì ngay cả những người mà trước đây quý vị quan tâm chăm sóc sẽ quên đi lòng tốt của quý vị và sẽ giết quý vị; ngay cả bạn bè và người thân cũng sẽ cảm thấy khó chịu và rời xa quý vị; mặc dù quý vị chiêu tập người khác với sự bố thí của mình, họ vẫn không ở lại; và vv.... *Nhập Bồ-đề Hành Luận* dạy rằng:[1]

> Bám chấp vào nỗi đau tinh thần của sân hận
> Tâm các ngươi không nếm trải bình an
> Không tìm ra hạnh phúc hay hỷ lạc
> Giấc ngủ chưa yên và ngươi mất quân bằng.
>
> Cả những ai phụ thuộc vào người chủ
> Lo cho họ bằng của cải và phục vụ
> Sẽ nổi dậy và sẽ trừ khử
> Vị chủ khởi tâm sân hận kia.
>
> Sân hận của ông ta làm bạn bè chán ngại
> Dẫu ông ta chiêu người qua của cải
> Họ chẳng phục vụ ông. Nói tóm lại
> Chẳng ai nào giận sân lại hạnh phúc.

---

[1] BA254 BCA: 6.3-5.

Bổn Sanh Kinh cũng dạy rằng:[1]

Khi bề ngoài ngươi hậm hực vì lửa sân hận
Ngươi không thể đẹp dẫu trang sức ngọc ngà
Ngươi có thể được ngủ trên giường xa hoa
Nhưng tâm ngươi phải xót xa do sân hận.

Quên hoàn tất các mục tiêu lợi lạc cho mình
Giày xé bởi sân hận, ngươi dìm thân vào ác đạo.
Phá tan thành tựu của mục đích và danh cao
Sự cao thượng của ngươi lụi tàn như ánh trăng mờ khuyết.

Mặc dù bạn bè thương yêu
Ngươi vẫn rơi vào vực thẳm của sai lầm.
Trí phân lợi - hại của ngươi suy yếu
Ngươi hầu như phạm giới và tâm xáo trộn.

Qua sân hận, ngươi quen dần hành ác
Nên đọa đày giới dữ nhiều trăm năm.
Có mối hại nào lớn hơn thế đã làm ra
Gây hại lớn cho mình ngay cả vì kẻ thù?

Sân hận này là kẻ thù trong
Ta biết được như vậy.
Ai có thể chịu đựng
Sự tăng cường của nó? [404]

Hãy quán chiếu cho đến khi ngươi xác quyết chắc chắn rằng các hậu quả nghiêm trọng như vậy phát sinh từ sân hận. Do đó, *Nhập Bồ-đề Hành Luận* dạy rằng:[2]

---

[1]BA255 *Jātaka-mālā:* 21.29-33; D4150: Hu 73al-4.
[2]BCA: 6.2.

Chẳng có lỗi lầm nào như sân hận
Và dũng khí nào như sự nhẫn nhục
Do đó, hãy nghiêm cần tu tập
Nhẫn nhục trong nhiều cách khác nhau.

Trước hết, hãy hiểu các lợi ích và khiếm khuyết rồi nỗ lực tu tập nhẫn nhục theo nhiều cách khác nhau. Lý do ẩn đàng sau dòng kệ đầu tiên được ngài Nguyệt Xứng dàn trải trong *Nhập Trung Luận Thích Chú Giải*.[1]

> Ngươi không thể nào lường được các hậu quả của sân hận cũng như ngươi không thể nào cân đo được nước ngoài đại dương với một cái cân. Do đó, vì việc phóng lớn của các hậu quả không dễ chịu và việc làm tổn hao công đức, thì tội lỗi nào lớn hơn là thiếu nhẫn nhục để phóng chiếu các hậu quả tồi tệ và sự hao tổn công đức thì không có lỗi lầm nào lớn hơn thiếu đi đức tính nhẫn nhục.

Vì rằng, mặc dù các lỗi lầm khác cũng dẫn đến việc trổ quả cực kỳ khó chịu, chúng không phải là những trọng tội khi xem xét riêng rẽ, nếu chúng không phá hủy các thiện căn. Tuy nhiên, nhiều sai trái khác hơn sân hận lại kết hợp cả việc nảy sinh quả khủng khiếp lẫn việc phá hủy các thiện căn, như tà kiến phủ nhận nhân quả, từ bỏ giáo pháp tối thượng, ngã mạn đối với Bồ-tát, bổn sư, và những vị tương tự, do đó là xem thường họ quá mức và vv.... *Bồ-tát Học Luận* cũng dạy những điều này.

(c') Phân loại nhẫn nhục

Phân loại nhẫn nhục có ba phần:

1. Phát triển nhẫn nhục bất kể nguy hại xảy ra cho mình
2. Phát triển nhẫn nhục chấp nhận khổ đau
3. Phát triển nhẫn nhục về sự xác tín vào giáo pháp

---

[1] BA257 MAVbh, D3862: Ha 237al.

(1’) Phát triển nhẫn nhục bất kể nguy hại xảy ra cho mình
Có hai ý:

1. Ngưng sự thiếu nhẫn nhục đối với những kẻ làm hại mình
2. Ngưng cả sự không hài lòng với thành công của những người gây hại lẫn sự thoả thích khi họ gặp rắc rối

(a”) Ngưng sự thiếu nhẫn nhục đối với những kẻ làm hại mình
Việc ngưng sự thiếu nhẫn nhục đối với những kẻ làm hại mình có hai ý:

1. Ngừng sự thiếu nhẫn nhục đối với những kẻ ngăn trở hạnh phúc của mình và những kẻ gây đau khổ cho mình [405]
2. Ngừng sự thiếu nhẫn nhục đối với những ai ngăn trở sự tôn kính, tiếng tăm hay danh dự của mình và với những ai xem thường mình hoặc những ai nói lời xúc phạm hay khó nghe về mình

(1”) Ngừng sự thiếu nhẫn nhục đối với những kẻ ngăn trở hạnh phúc của mình và những kẻ gây đau khổ cho mình
Việc ngừng sự thiếu nhẫn nhục đối với những kẻ ngăn trở hạnh phúc của mình và những kẻ gây đau khổ cho mình có hai ý:

1. Chứng minh rằng sân hận là không chính đáng
2. Chứng minh lòng bi mẫn là phù hợp

(a)) Chứng minh rằng sân hận là không chính đáng
Có ba ý:

1. Phân tích về mặt đối tượng thì sân hận là không chính đáng
2. Phân tích về mặt chủ thể thì sân hận là không chính đáng
3. Phân tích về mặt cơ bản, thì sân hận là không chính đáng

(1)) Phân tích về mặt đối tượng thì sân hận là không chính đáng

Việc phân tích về mặt đối tượng thì sân hận là không chính đáng có bốn ý:

1. Phân tích cho thấy bất kể đối tượng có tự chế được hay không, thì sân hận vẫn là không chính đáng
2. Phân tích cho thấy bất kể là ngẫu nhiên hay bản chất, thì sân hận là không chính đáng
3. Phân tích cho thấy bất kể sự gây hại là trực tiếp hay gián tiếp, thì sân hận là không chính đáng
4. Phân tích cho thấy bất kể nguyên nhân thúc đẩy của kẻ gây ác, thì sân hận là không chính đáng

(a')) Phân tích cho thấy bất kể đối tượng có tự chế được hay không, thì sân hận là không chính đáng

Hãy phân tích với ý tưởng "Đâu là cơ sở hợp lý để khởi tâm thù hận với người gây hại?" Khi đó, quý vị có thể nghĩ rằng "Thoạt tiên, họ có ý nghĩ làm hại ta, chuẩn bị phương tiện, rồi sau đó hoặc là ngăn trở hạnh phúc của ta, hoặc làm khổ ta về thân xác hay tinh thần, nên sự thù hận là có lý". Phải chăng quý vị khởi tâm sân hận bởi vì họ làm hại quý vị trong lúc họ tự kiểm soát rằng sẽ không làm hại quý vị hay là quý vị khởi tâm sân hận bởi vì họ tuyệt nhiên không tự kiềm chế được và làm hại quý vị trong lúc bị thúc ép một cách vô vọng bởi một điều chi khác? Trong trường hợp đầu tiên, sân hận của quý vị là không chính đáng bởi vì những kẻ làm hại quý vị không tự khống chế được mình, vì khi các nhân và duyên – bao gồm các hạt giống {tập khí} đã được để lại từ các phiền não mà vốn chúng {các tập khí đó} đã trở thành thói quen, một đối tượng gần đó và các tri kiến sai lầm {tà kiến} – được hội đủ, chúng làm phát khởi ý tưởng gây hại mặc dù người gây hại không hề nghĩ là: "Ta sẽ khởi ác tâm"; trong khi nếu các nhân và duyên chưa hội đủ, chúng sẽ không bao giờ làm sinh khởi ý tưởng gây hại ngay cả khi người gây hại nghĩ rằng: "Ta sẽ khởi ác tâm". Những nhân và duyên này tạo ra ý muốn làm hại; điều này đến lượt nó, đến hành vi làm hại và rồi điều này tạo khổ cho người khác; nên, những người gây hại không hề có dù một mảy may tự chủ. Hơn nữa, họ

trở thành tựa như là tôi tớ của chính phiền não của họ bởi vì họ đang chịu sự khống chế của các thứ khác: nghĩa là các phiền não của chính mình.

Trong trường hợp sau, quý vị khởi tâm sân hận bởi vì người gây hại tuyệt nhiên không tự kiềm chế được và làm hại quý vị trong lúc bị thúc ép một cách vô vọng bởi một điều chi khác, nên gây cho quý vị đau đớn; thế thì sân hận của quý vị toàn toàn phi lý. [406] Ví dụ như có một số người bị tà ma nhập và chịu sự điều khiển của tà ma có thể mong muốn gây đau đớn cho những ai đang giúp họ thoát khỏi tình trạng ma nhập và do đó đánh đập người giúp và vv.... Cũng như vậy, khi Bồ-tát bị người khác hại, các ngài nghĩ rằng: "họ làm vậy bởi vì tà ma của phiền não đã tước mất quyền tự kiểm soát của họ". Không một chút sân hận đối với những người này, các ngài phải khởi tâm cầu giác ngộ với ý nghĩ: "Ta sẽ nỗ lực trong Bồ-tát hạnh để giải thoát cho những người này khỏi phiền não". Do đó, *Tứ bách Kệ Tụng* của ngài Thánh Thiên dạy rằng:[1]

> Tựa lương y không đánh nhau chỉ ân cần hỗ trợ
> Những bệnh nhân ma nhập dẫu họ nổi sân
> Nên, thánh nhân thấy phiền não là sai sót
> Kẻ đang phiền não chẳng phải là lầm lỗi.

Đạo sư Nguyệt Xứng cũng khẳng định rằng:

> "Đây không phải là lỗi ở chúng sinh
> Vấn đề chính là phiền não tinh thần".
> Vậy nên, thiện tri thức biết dùng phân biện
> Không đánh nhau phân phải trái với ai.

---

[1]BA258 *Catuḥ-śataka:* 109; D3846: Tsha 6a7-bl.

Mặc dù nhiều lập luận được đưa ra trong *Nhập Bồ-đề Hành Luận* {của Tịch Thiên}, thật dễ để xác quyết điều này và nó {nhẫn nhục} là một biện pháp đối trị sân hận mạnh mẽ. *Bồ-tát Địa* {của Vô Trước} cũng có cùng một ý tương tự, ở chỗ kinh dạy rằng quý vị có thể chịu đựng được nguy hại sau khi đã thiền quán về ý tưởng của các các pháp đơn thuần[1]; do đó, hãy không ngừng quán chiếu về biện pháp đối trị này cho đến khi quý vị đạt được một số tri kiến liên quan đến nó.

Nếu những người này tự kiểm soát được mình thì họ đã không có bất kỳ khổ đau nào, vì họ không muốn khổ đau và vì họ có thể kiểm soát được đau khổ. Hơn nữa, quý vị có thể ngừng sân hận bằng cách nghĩ rằng: "Khi những người này chịu tác động mạnh bởi phiền não thì họ có thể tự tử, nhảy xuống vực sâu, dùng vật nhọn, hung khí để tự hại mình, tuyệt thực và vv... [407] Nếu họ làm được điều này đối với cái ngã vô cùng trân trọng và quý yêu của mình thì dĩ nhiên họ sẽ đi hại người khác". *Nhập Bồ-đề Hành Luận* dạy rằng:[2]

> Do đó, mỗi vật đều phụ thuộc vào vật khác
> Và, bởi vì đến lượt nó cũng phụ thuộc, nó không tự tồn.
> Hiểu được điều này chớ sinh sân hận
> Với mọi thứ, tất cả đều chỉ tựa như ảo ảnh mà thôi

---

[1]Theo giảng giải của Sopa Rinpoche về câu này thì lý do khiến người bị làm hại khởi tâm sân hận là vì họ chỉ đơn thuần thấy kẻ gây hại là độc lập, thật có và tuyệt đối được xem là "kẻ thù" nhận thức này khởi lên do vô minh. Trong khi nếu có nhận thức đúng đắn về đặc tính thiếu vắng tự tồn, tự hữu hay độc lập của mọi pháp (kể cả người gây hại), ta thấy rõ các hậu quả đều tùy thuộc các nhân và duyên thì các pháp đều đơn thuần có bản chất ảo, không có một kẻ thù thật sự và độc lập kia. *Steps on the Path to Enlightenment*. Vol3. Lhundub Sopa. Wisdom 2008.

[2]BA259 BCA: 6.31, 6.33-34, 6.37.

Lại nữa:

Cho nên, nếu ngươi thấy một bạn hay thù
Đang làm điều sai trái
Thì hãy nghĩ rằng "Điều này khởi sinh do duyên cụ thể"
Và hãy an trụ trong phúc lạc
Nếu tất cả chúng sinh
Đều đạt được thành quả
Theo như họ ước vọng
Vậy do chẳng ai mong đau khổ
Sẽ không ai thọ khổ đau.

Lại nữa:

Trong khi bị các khổ đau của mình kiểm soát
Một số người tự hủy ngay cả thân xác quý yêu.
Thì sao ngươi có thể ngóng trông hay kỳ vọng
Họ sẽ không gây hại thân xác những người ngoài.

(b')) Phân tích cho thấy bất kể là ngẫu nhiên hay bản chất, thì sân hận là không chính đáng

Lỗi lầm hại người hoặc là bản chất hoặc không là bản chất của chúng sinh. Nếu là bản chất của họ thì việc khởi tâm sân hận là không đúng, điều đó giống như khởi tâm sân hận đối với lửa vì nó nóng và thiêu cháy là không đúng. Tương tự vậy, nếu đó là ngẫu nhiên thì khởi tâm sân hận cũng không đúng, điều này tựa như khi khói và các thứ như thế xuất hiện {ngẫu nhiên} trong bầu trời, thật là sai để mà sân hận chỉ vì các vệt dơ của khói và vv.... Quán chiếu như vậy rồi hãy ngưng sân hận. *Nhập Bồ-đề Hành Luận* dạy rằng:[1]

Nếu việc gây chuyện hại người

[1] BA260 BCA: 6.39-40.

Là tự nhiên với lũ trẻ
Thì thật sai khi giận chúng
Như giận lửa vì đốt thiêu.

Dẫu, sai sót đó tình cờ
Và tánh chúng sinh bổn thiện
Thì, sân hận vẫn không đúng
Tựa thù giận khói trên trời

(c')) Phân tích cho thấy bất kể sự gây hại là trực tiếp hay gián tiếp, thì sân hận là không chính đáng

Nếu quý vị sân hận đối với tác nhân gây hại, vốn trực tiếp gây ra mối nguy hại, thì quý vị sẽ phải nổi giận đối với cây gậy và vv... cũng giống như quý vị nổi giận đối với người gây hại[1]. Nếu quý vị nổi giận người gián tiếp gây hại thì cũng giống như người đã thúc ép cây gậy và các thứ như thế để gây ra sự tai hại, chính thái độ thù địch cũng đã thúc ép người gây hại[2]. [408] Do đó, hãy nổi giận với thái độ thù địch này. *Nhập Bồ-đề Hành Luận* dạy rằng:[3]

Cây gậy và hung khí trực tiếp gây hại
Nhưng nếu ta giận dữ với kẻ vung cây
Thì bởi thái độ hận thù thúc ép họ
Tốt hơn là nên giận dữ với thái độ hận thù.

Nếu quý vị không nổi giận lên cây gậy thì sân hận với người vung gậy cũng không đúng; Nếu quý vị sân hận lên người vung gậy thì việc sân hận đối với thái độ thù hận cũng là điều đúng đắn. Nếu không tin vào điều này, thì tâm thức quý vị đã bị lạc

[1]Vì cây gậy hay các thứ dùng làm vũ khí tương tự là tác nhân trực tiếp đánh trúng người bị hại.

[2]Vai trò ngược lại, thái độ thù địch mới thật sự gián tiếp gây ra sự tai hại, không phải cây gậy dùng để đánh, hay người gây hại.

[3]BA261 BCA: 6.41.

vào tà đạo. Do đó, hãy xác quyết về sự thống nhất hoàn toàn của lập luận ở đây và hãy định hướng tâm thức mình không sân hận người vung gậy cũng như quý vị đã không nổi giận lên cây gậy. Hơn nữa, hãy dùng lập luận đã giảng ở phần trên để phủ nhận ý tưởng về mọi thứ đều có sự tự kiểm soát để hiểu được rằng quý vị không nên phân biệt cây gậy và người vung gậy qua việc liệu rằng chúng có ác ý hay không.

(d')) Phân tích cho thấy bất kể nguyên nhân thúc đẩy của kẻ gây ác, thì sân hận là không chính đáng

Sự trải nghiệm khổ đau phát sinh bởi những người gây hại không xảy đến mà không có nguyên nhân hoặc phát sinh từ những nguyên nhân không có liên quan gì với nhau, nên, nó xuất hiện từ những nguyên nhân tương hợp với nhau; nghĩa là từ các bất thiện nghiệp mà quý vị đã phạm trong quá khứ. Do đó, người gây hại bị thúc bách một cách không cưỡng được khiến gây hại do nghiệp lực. Hậu quả là, hãy tự trách mình với ý nghĩ: "Đây là lỗi lầm của ta và ta đã sai lầm khi sân hận kẻ khác" và hãy ngưng sân hận trong tất cả các dịp. Điều này cũng giống như chúng sinh tạo ra âm binh bằng nghiệp xấu của họ rồi chính những âm binh này lại làm hại họ. *Nhập Bồ-đề Hành Luận* dạy rằng:[1]

> Trước đây, ta đã
> Hại người như thế
> Thì nay bị hại
> Giống vậy cũng phải.

Lại nữa:

> Trẻ dại không muốn khổ đau
> Lại tham luyến nhân của bao đau khổ.

---

[1] BA262 BCA: 6.42, 6.45-47.

Sao nên nổi giận với người
Khi đau đớn ấy mười phần tại ta

Cũng giống những vệ binh địa ngục
Và địa ngục Rừng Lá Gươm Đao
Nghiệp hại này ta tự tạo [409]
Nên sân hận biết báo cho ai?

Những ai tâm khởi hại đến ta
Đều do bởi nghiệp ta đà thôi thúc
Nếu vì thế họ sa địa ngục
Chẳng phải là ta hủy hoại họ sao?

Ngài Sha-bo-ba cũng nói rằng: "Khi quý vị nói: Tôi không có lỗi, thì điều này chứng tỏ rằng thực sự quý vị chẳng nhập tâm chút giáo pháp nào'.

(2)) Phân tích về mặt chủ quan thì sân hận là không chính đáng

Nếu quý vị nổi giận với người gây hại vì người đó thiếu khả năng chịu đựng khổ đau, thì điều này là mâu thuẫn bởi vì ngay cả khi quý vị thất bại để gánh chịu chút đau khổ trong hiện tại, quý vị đang tích cực tạo nhân cho vô lượng khổ đau trong các cõi thấp. Do đó, hãy tự cảm thấy xấu hổ với ý nghĩ: "Ta thật là ngu ngốc" và hãy hành động kiềm chế cơn giận. *Nhập Bồ-đề Hành Luận* dạy rằng:[1]

Nếu ta không thể nếm trải
Chỉ một chút đau khổ trong hiện tại
Vì sao không ngưng cơn giận
Nguyên nhân của khổ đau trong địa ngục.

---

[1] BA263 BCA: 6.73.

Phiền não phát khởi do việc gây hại là hậu quả của nghiệp xấu từ trước; bằng cách nếm trải nó, quý vị làm cho nghiệp này tiêu tán. Nếu quý vị gánh chịu cam khổ, quý vị sẽ không tích lũy thêm các tội mới và sẽ tăng trưởng rất nhiều công đức. Do đó, quý vị không được xem người gây hại phá hủy thiện đức của họ ra sao mà hãy xem họ như kiểu người trong đó họ được nghĩ đến như là người đã tiến hành các hành vi nhằm tẩy sạch các tội lỗi của quý vị. *Bổn Sanh Kinh* dạy rằng:[1]

> Ta không nghĩ người này tự phá hủy thiện đức
> Mà nghĩ rằng người hành động tẩy tội lỗi cho ta
> Nếu ta không nhẫn nhục ngay với cả người này
> Thì còn kẻ nào lại tệ bạc hơn ta?

Nhập Trung Quán Luận Thích của ngài Nguyệt Xứng dạy rằng:[2]

> ngươi muốn nói rằng ngươi đã tịnh hóa
> Các quả của nghiệp xấu đã tạo khi xưa
> Sao ngươi lại vẫn gieo thêm mầm đau khổ
> Qua việc nổi sân và hãm hại tha nhân.

Do đó, cũng giống như quý vị chấp nhận chảy máu hay phỏng như một phương cách điều trị bệnh nặng, điều thích hợp là chịu chút khổ đau để ngăn ngừa khổ đau to tát {do thiếu nhẫn nhục}. [410]

(3)) Phân tích về cơ bản, thì sân hận là không chính đáng
Phần này có hai nội dung:[3]

---

[1]BA264 *Jātaka-mālā:* 33.15; D4150: Hu 132a7-bl.
[2]BA265 MAV: 3.5; D3861: Ha 203a4-5.
[3]BA266 Hai phân mục này không được trình bày rõ ràng trong bộ luận nhưng được bao hàm trong dàn bài của sTag-bu-yongs-'dzin, trang 139.

1. Phân tích nguyên nhân của việc gây hại và sự sai sót từ đâu

2. Phân tích sự cam kết của mình

(a')) Phân tích nguyên nhân của việc gây hại và sự sai sót từ đâu

Nhập Bồ-đề Hành Luận dạy rằng:[1]

> Lưỡi kiếm người và thân thể ta
> Đều là nguyên nhân gây đau khổ.
> Người có kiếm, ta có thân mình
> Lên thứ nào ta nên sân hận?
>
> Nếu, do bám luyến mù quáng, ta có được
> Túi thịt máu mủ mang hình dạng người
> Đau đớn đến không chịu được khi bị chạm
> Ta phải giận ai khi thân này đau?

Lại nữa:

> Nếu có ai, vì mơ hồ nên làm hại kẻ khác
> Người bị hại, trong bối rối nổi giận kẻ gây hại
> Vậy thì ai là người không đáng trách
> Và còn ai là kẻ để quy lỗi đây?

(b')) Phân tích sự cam kết của mình

Hãy phát triển nhẫn nhục một cách tinh cần với ý nghĩ rằng: "Thiếu nhẫn nhục và nổi sân hận là không đúng đắn, ngay cả đối với các bậc Thanh Văn, là những người chỉ tu tập để thành đạt mục tiêu riêng của mình. Do đó, dĩ nhiên là không đúng với tôi rồi. Tôi phát nguyện thành tựu lợi lạc và hạnh phúc cho mọi chúng sinh khi tôi khởi tâm cầu giác ngộ {tâm Bồ-đề}. Tôi hành

---

[1] BA267 BCA: 6.43-44,6.67.

động vì phúc lạc của người khác và quan tâm đến mọi chúng sinh". Ngài Bo-do-wa cũng nói rằng:

> Giáo pháp của đức Phật là không phạm lỗi lầm. Khi quý vị thất bại trong việc nuôi dưỡng nhẫn nhục với một ý gây hại rất nhỏ thì quý vị đưa ra lời nguyền: "Cầu cho việc này nhổ tận gốc rễ giáo pháp". Bởi đó, quý vị không giữ giới nữa và điều này bứng rễ giáo pháp. Chúng ta không có giáo pháp như một hệ thống toàn diện; khi chúng ta phá giới, chúng ta làm tiêu tán những cái mà chúng ta có được.

Lại nữa:

> Khi một con bò Yak {một loại bò tót} được đóng yên để chở hàng, nếu yên xiết chặt vào đuôi nó thì nó sẽ nhảy chồm lên và cái yên lại đập vào chân nó. Nếu cái yên được nới lỏng, dây đai sẽ rớt xuống và bò sẽ vui sướng. Tương tự vậy, nếu ngươi không thả lỏng với người gây hại thì người đó sẽ trả nũa và chắc chắn là ngươi sẽ trở nên ưu phiền hơn.

(b)) Chứng minh lòng bi mẫn là phù hợp

Hãy quán chiếu từ đáy con tim của mình rằng: "Tất cả chúng sinh đã ở trong luân hồi từ vô thủy và không có ai là không phải là thân bằng quyến thuộc của ta – cha, mẹ vv.... Do vô thường, họ chết đi và trở nên khốn khổ bởi ba loại khổ đau[1]. Bị ma phiền não làm điên đảo, họ tự hủy hoại phúc lạc của chính họ trong

---

[1]Xin nhắc lại 3 loại khổ đau đó là (1) *khổ vì đau đớn* (khổ khổ) tức là các khổ đau thể chất hay vật lý; (2) *khổ vì sự thay đổi* (hoại khổ) tức là loại khổ do sự biến đổi hoại diệt của luật vô thường mang lại; và (3) *khổ vì duyên sinh* (hành khổ) là các khổ sở tinh thần do vô minh không hiểu rõ bản chất tối hậu về thực tại. *The Fourth Noble Truths*. Dalai Lama. P50 – 57. HarperCollin. 1997. Bản Dịch Việt Võ Quang Nhân. Truy cập 11/08/2011. <http://old.thuvienhoasen.org/tudieude-ducdatlailatma-02.htm>.

kiếp này và các kiếp sau. [411] Ta phải phát khởi lòng bi mẫn đối với họ. Nổi giận hay trả nũa thì làm sao mà đúng được".

(2") Ngừng sự thiếu nhẫn nhục đối với những ai ngăn trở sự tôn vinh, tiếng tăm hay danh dự của mình và với những ai xem thường mình hoặc những ai nói lời xúc phạm hay khó nghe về mình

Có hai nội dung:

1. Ngừng sự thiếu nhẫn nhục đối với những người ngăn trở mình ba sự việc ─sự tôn vinh, tiếng tăm hay danh dự
2. Ngừng sự thiếu nhẫn nhục đối với những ai xem thường hoặc nói những lời xúc phạm hay lời khó nghe về mình

(a)) Ngừng sự thiếu nhẫn nhục đối với những người ngăn trở mình ba sự việc ─ sự tôn vinh, tiếng tăm hay danh dự {của mình}

Nội dung này có ba ý:

1. Quán chiếu rằng ba thứ này vốn thiếu các phẩm tính tốt đẹp
2. Quán chiếu rằng ba thứ này vốn có các khiếm khuyết
3. Sự cần thiết hoan hỷ nhờ có những ai ngăn trở sự tôn vinh và vv... của mình

(1)) Quán chiếu rằng ba thứ này vốn thiếu các phẩm tính tốt đẹp

Khi người khác ca ngợi quý vị và lan truyền danh tiếng của quý vị, thì điều đó không phục vụ cho cả hai mục đích: trong kiếp này, nó không mang đến cho quý vị sự trường thọ, sức khỏe vv... và trong những kiếp sau nó cũng chẳng mang lại cho quý vị công đức vv.... Do đó, đừng tham chấp vào danh tiếng và lời ca ngợi mà hãy tự trách mình với ý nghĩ: "Sự khó chịu của ta khi danh tiếng và lời ca ngợi không còn cũng chẳng khác gì tiếng khóc trẻ thơ khi lâu đài cát, mà vốn chẳng có các yếu tố cần thiết

của một nơi trú ngụ, bị sụp đổ’. *Nhập Bồ-đề Hành Luận* dạy rằng:[1]

Tôn vinh, danh tiếng và danh dự
Chẳng mang lại công đức hay trường thọ
Cũng chẳng mang lại thể lực, hay sức khỏe
Cũng chẳng mang thể hình tốt đẹp.

Một khi hiểu được phúc lợi của chính mình
Thì đối với ta, những thứ đó có ý nghĩa gì?

Lại nữa:

Khi lâu đài bằng cát của mình sụp đổ
Trẻ con khóc lóc rất bi thán
Cũng giống vậy, tâm thức ta thật khờ dại
Khi lời ngợi ca và danh tiếng lụi tàn.

(2)) Quán chiếu rằng ba thứ này vốn có khiếm khuyết

Hãy khởi tâm chán ghét ba thứ này với ý nghĩ: “Lời tán dương, danh tiếng và danh dự làm ta phân tâm với điều vô nghĩa, phá hủy sự chán ghét của tôi đối với luân hồi, làm tôi ganh ghét những người có phẩm tính tốt và làm hư hỏng các hành vi thiện đức mình”. *Nhập Bồ-đề Hành Luận* dạy rằng:[2]

Tôn vinh, danh tiếng và danh dự làm ta phân tâm
Phá hủy sự chán ghét của ta
Làm ta thêm ganh ghét những người có phẩm tính tốt
Và hủy hoại tất cả những gì thiện hảo. [412]

---

[1]BA268 BCA: 6.90-91ab, 6.93.
[2]BA269 BCA: 6.98.

(3)) Sự cần thiết phải hoan hỷ nhờ những ai ngăn trở ba điều này

Hãy kết thúc cơn giận và cảm thấy sự hoan hỷ tận đáy lòng với ý nghĩ: "Trong trường hợp đó, việc gây tổn hại đến sự tán dương, danh tiếng và danh dự của ta bảo vệ ta khỏi bị đọa các cảnh giới khổ đau, cắt đứt tham luyến và, như được Phật gia hộ, đóng cánh cửa ngỏ vào chốn khổ đau mà ta sắp vào". Nghĩ như vậy, từ trong thâm tâm, quý vị phải ngưng cơn giận và cảm thấy hoan hỷ. *Nhập Bồ-đề Hành Luận* dạy rằng:[1]

> Vậy, chẳng phải những ai hủy hoại
> Sự tôn vinh, danh tiếng, danh dự này
> Đã tiến hành việc bảo hộ cho ta
> Khỏi lạc sa cảnh giới đọa dày?
>
> Ta chăm chỉ tìm nơi giải thoát
> Và cần chi buộc với lợi danh
> Làm sao ta có thể thù hằn
> Với người cứu ta khỏi vòng trói buộc?
>
> Ta sắp sửa bước vào cõi khổ
> Nhưng, như được chư Phật gia hộ,
> Họ mang đến cơ may thoát khổ.
> Làm sao ta sân hận với họ đây?

(b)) Kết thúc lòng thiếu kiên nhẫn đối với những kẻ ngăn trở sự ca ngợi, danh tiếng hay danh dự và đối với những kẻ khinh khi mình hoặc nói những lời xúc phạm hay khó nghe đối với mình

Hãy ngăn chặn nổi bất hạnh với ý nghĩ: "Vì tâm không phải là vật chất nên kẻ khác không thể trực tiếp làm hại nó được. Trong khi tâm có thể bị gián tiếp làm hại bởi việc trực tiếp làm hại thân

---

[1]BA270 BCA: 6.99-101.

thể, mà thân thể không thể nào bị làm hại bởi sự khinh khi, những lời xúc phạm và những lời khó nghe. Những thứ này không làm hại được cả thân thể lẫn tâm thức nên ta phải hoan hỷ". Khi quý vị ngăn chặn sự bất hạnh của quý vị thì quý vị không được cho phép thù hận phát khởi. Do đó, *Nhập Bồ-đề Hành Luận* dạy rằng:[1]

Bởi tâm thức không là vật chất
Nên chưa ai hủy được tâm thần
Nó lại kết thật chặt cùng thân thể
Nên nó tổn hao vì nỗi đau thể chất

Sự khinh khi, những lời xúc phạm
Và ngôn từ không mấy thuận tai
Không gây hại được thân thể chất
Vậy sao tâm lại phải hận sân.

Ngài Sha-ra-wa đã dạy:

Bất kể ba vị Geshe Kam-lung-ba, Neu-sur-ba (sNe'u-zur-pa) và Drab-pa (Grab-pa) có nghe thấy gì, điều này chẳng khác với việc nói chuyện với đất và đá, nên các ngài đã trụ trong an lạc. Bởi vì ngày nay, mọi người đều phản ứng rất nhanh chóng với những gì nghe dạy nên họ trở nên bất hạnh.

Khi có người rỉ tai với ngài Shen-don (gShen-ston): "Anh ta đã nói này nói nọ" thì ngài trả lời: "Người ta vẫn nói sau lưng nhà vua. Mi đã phạm tội nói lời chia rẽ, vậy hãy sám hối đi". [413]
Khi có người nói với hành giả Shay-rap-dor-jay (Shes-rab-rdo-rje) rằng: "Người ta đang nói chuyện về chúng ta và nói rằng các thị giả của chúng ta quá thả lỏng" thì ngài trả lời:

---

[1]BA271 BCA: 6.52-53.

"Đấy, chuyện nói của con người sẽ đề cập về con người, họ sẽ nói về điều gì khác được?". Từ đó, người đó ngưng hoàn toàn không còn nói lời chia rẽ nữa.

Phản biện: Khi có người khinh khi tôi chẳng hạn, những người khác sẽ không thích tôi, nên, đây là lý do làm tôi phiền về chuyện đó.

Đáp: Điều này sẽ có phần đúng nếu việc không ưa thích quý vị của người khác là nhằm hại quý vị. Đằng này, việc họ không ưa quý vị chẳng động chạm gì đến quý vị, vậy hãy thôi phiền não đối với sự khinh khi của người khác. *Nhập Bồ-đề Hành Luận* dạy rằng:[1]

Việc người khác không ưa thích ta
Không thể nào làm hủy hoại ta
Trong kiếp này cả những kiếp sau.
Tại sao ta cảm thấy bất mãn?

Phản đối: Dĩ nhiên là việc họ không ưa tôi không làm hại được tôi nhưng lệ thuộc vào chuyện đó tôi có thể bị ngăn trở trong việc tiếp nhận các thứ từ họ, nên tôi sẽ nổi giận những kẻ khinh thị, mắng mỏ hay nói lời khó nghe đối với tôi.

Đáp: Cho dù quý vị có tiếp nhận các phẩm vật từ họ, quý vị vẫn phải để chúng lại trên cõi đời này trong khi tội lỗi sân hận sẽ theo quý vị. Do đó, trong hai lựa chọn – giữa hai điều: chết yểu trong khốn khó cô độc hoặc sống lâu một cách không đúng đắn – lựa chọn thứ nhất sẽ tốt hơn.
Ngay cả khi tiếp nhận được các phẩm vật của họ và sống lâu, quý vị sẽ vẫn phải chết bởi vì quý vị chưa thoát khỏi luân hồi. Vào thời điểm lìa đời, thật chẳng có chi khác nhau giữa việc quý

---

[1] BA272 BCA: 6.54.

vị đã vui sống một trăm năm hay vui sống mới chỉ có một năm vì hai trường hợp này không có gì nhiều hơn việc đơn thuần chỉ là các đối tượng của trí nhớ; và, vào lúc đó, thật không hề có đem lại sự khác biệt nào cho hạnh phúc và đau khổ của quý vị. Điều này tương tự như cách thức mà trong một giấc mơ, sự trải nghiệm về sung sướng không khác biệt chút nào trong phương diện hạnh phúc hay đau khổ của quý vị khi tỉnh giấc.

Khi quý vị quán chiếu như vậy và thôi bám luyến lợi lộc và danh dự, quý vị sẽ không trở nên buồn phiền vì những lời khó nghe và sự khinh bỉ. Quý vị không quan tâm đến việc trở nên người đặc biệt trong ánh mắt người khác, nên, quý vị sẽ không đánh mất sự toại ý của quý vị. Do đó, *Nhập Bồ-đề Hành Luận* dạy rằng:[1]

> Dẫu không thích bị khinh khi và tương tự
> Vì chúng ảnh hưởng sự thịnh vượng của ta
> Ta bỏ lại những thành đạt trên đời
> Nhưng chắc chắn là mang theo tội lỗi. [414]
>
> Chẳng thà ta chết tốt hôm nay
> Còn hơn sống dai đời sai lạc.
> Kẻ như ta có thể sống lâu
> Nhưng sau đó chỉ là khổ đau của cái chết.
>
> Ai đó có thể tỉnh cơn mơ
> Sau khi thấy hạnh phúc cả trăm năm;
> Kẻ khác có khi tỉnh giấc
> Chỉ thấy mình hạnh phúc trong phút giây.
>
> Với cả hai, khi vừa tàn giấc mộng
> Hạnh phúc kia cũng không thể quay về

---

[1] BA273 BCA: 6.55-59.

Thời khắc lìa đời hầu như thế đó
Dẫu đời ngươi có ngắn hay dài lâu.

Sau khi thủ đắc thật nhiều thứ
Ta có khi vui hưởng thật khá lâu
Nhưng rồi đó tựa khi người gặp cướp
Lúc lìa đời ta trần trụi và trắng tay.

(b”) Ngưng cả sự không ưa thích thành công của những người gây hại lẫn việc vui mừng khi họ gặp rắc rối

Hãy quán chiếu như sau: “Sau khi tôi đã phát tâm Bồ-đề vì mục đích hoàn thành lợi lạc và hạnh phúc của tất chúng sinh, tôi lại sân hận với người gây hại khi họ có được hạnh phúc riêng. Sau khi tôi đã nói rằng ta muốn cho mọi chúng sinh thành Phật thì tôi lại không hạnh phúc khi người gây hại có được dù rất ít thịnh vượng và danh dự. Điều này thật là vô cùng mâu thuẫn”. Quý vị phải loại bỏ sự ganh ghét đối với mọi thành tựu của người khác và cảm thấy hoan hỷ từ trong thâm tâm. Nếu không, tâm Bồ-đề của quý vị và sự thành tựu lợi lạc và hạnh phúc của chúng sinh không là gì cả ngoại trừ lời lẽ suông. *Nhập Bồ-đề Hành Luận* dạy rằng:[274]

Vì ngươi muốn chúng sinh đều hạnh phúc
Nên ngươi đã phát tâm cầu giác ngộ.
Nhưng khi họ tự tìm ra phúc hạnh
Sao với người, ngươi lại nảy hận thù?

Nếu ngươi muốn cho chúng sinh lợi lạc
Thành tựu Phật quả, ba cõi tôn nghiêm,
Sao ngươi lại khổ đau khi được thấy
Mối lợi danh dẫu nhỏ nhất của người

Khi một thân nhân tìm nơi trợ giúp
Với người này, ngươi tất phải chăm nom—
Làm đối tượng lo toan và rộng lượng

Ngươi có hận không, thay vì hoan hỷ?

Nếu không muốn chúng sinh được điều nhỏ
Sao có thể ước họ giải thoát đây?
Và ở đâu là tâm cầu bến giác
Của những ai hận người thành đạt?[415]

Dù kẻ thù được vật chi từ người khác
Hay vật đó vẫn ở tại mạnh thường quân
Nó vẫn không là vật của ngươi, sao giận dữ
Bất kể rằng được hay chẳng được cho?

Các ác ý của quý vị, vui mừng khi kẻ thù của quý vị gặp rắc rối hay mong muốn sự hủy hoại của họ, ngay cả khi không thể làm hại họ, chúng chỉ mang đến đau khổ đến cho chính quý vị mà thôi. Tuy nhiên, nếu ác ý như thế đã gây hại họ, quý vị nên chấm dứt nó hoàn toàn. Trong khi quán chiếu rằng khuyết điểm này sẽ làm tổn hại quý vị và người khác. *Nhập Bồ-đề Hành Luận* dạy rằng:[1]

Khi kẻ thù của ta đau khổ
Có gì để ta lại hài lòng?
Những ước muốn đơn lẽ của ta
Sẽ chẳng khiến họ thành tai hại.

Cả khi nếu ước muốn đó làm ai đau khổ
Thì điều gì đây khiến ta lại hài lòng?
Nếu ta bảo ta sẽ trở nên thỏa mãn
Thì còn chi có thể gây thất bại hơn.

Một khi ta mắc lưỡi câu sắc nhọn, khủng khiếp
Của những ngư phủ – những phiền não kia,

---

[1]BA275 BCA: 6.87-89.

Chắc chắn ta sẽ bị luộc bởi âm binh
Trong chiếc bình dành cho chúng sinh âm phủ.

Quý vị sẽ cảm thấy bất hạnh nếu quý vị nhìn một cách tuyệt đối về các chướng ngại không mong mỏi xảy ra cho các sự việc mong muốn của quý vị và bạn bè, các sự việc xảy ra trong các hướng mà mình không muốn có, cũng như là các thuận lợi xảy đến cho sự thịnh vượng của những kẻ thù. Nếu điều bất hạnh này gia tăng thì quý vị sẽ trở nên thù địch. Nếu quý vị kết thúc sự không ưa thích một cách tuyệt đối đối với ba điều trên thì quý vị sẽ ngăn chặn được bất hạnh. Một khi quý vị làm được như vậy, quý vị sẽ không còn cảm xúc thù địch. Do đó, hãy xua tan sự không ưa thích một cách tuyệt đối từ các điều này bằng cách dùng lập luận đã giảng giải ở trên. Hãy dùng nhiều tiếp cận để ngưng cơn giận vì nó là một lỗi lầm to tát.

Những giáo huấn nói trên – bao gồm những dòng lập luận của chư Phật và chư Bồ-tát đã trình bày ở trên – trang bị cho quý vị những kỹ năng để đánh bại kẻ thù lớn nhất của quý vị: sân hận. Chúng bao gồm việc tranh luận về chính phiền não của quý vị và việc nhìn vào bên trong chính mình. Khi quý vị phân tích kỹ càng với tuệ giác phân biệt và ngưng sân hận qua sự lập luận chi tiết, quý vị sẽ ngăn chặn được nhiều loại sân hận khác nhau và quý vị trở nên nhẫn nhục trong nhiều phương diện.[416] Bởi vì đây là một trải nghiệm có được nhờ việc thấu suốt được hiểu biết vốn sử dụng lập luận không sai sót để nắm bắt ý nghĩa của các kinh điển đúng đắn, nó sẽ lưu lại một tập khí cực kỳ ổn định.

Những ai phản bác thiền quán phân tích với tuệ giác phân biệt là những người phản bác toàn bộ việc nhập Bồ-tát hành vĩ đại như vậy. Hãy hiểu rằng sự phản bác đó là chướng ngại tồi tệ nhất cho việc dùng cuộc đời nhàn nhã vì lợi ích của mình và tha nhân. Hãy tránh xa nó ra kẻo không quý vị sẽ bị ô uế.

(2’) Phát triển sự nhẫn nhục chấp nhận khổ đau

Việc phát triển sự nhẫn nhục chấp nhận khổ đau có ba nội dung:

1. Lý do phải dứt khoát chấp nhận khổ đau
2. Cách thức phát triển sự chấp nhận
3. Giải thích chi tiết từ các quan điểm của các nền tảng

(a") Lý do phải dứt khoát chấp nhận khổ đau

Nhập Bồ-đề Hành Luận dạy rằng:[1]

> Nhân của hạnh phúc chỉ đôi khi xảy đến
> Nhân của đau khổ lại xuất hiện thường xuyên.

Bởi vì quý vị liên tục trải nghiệm với loại khổ đau nào đó phù hợp với mình, dứt khoát là quý vị phải biết cách đem nó vào với đường tu. Nếu không, như đề cập trong *Bồ-tát Học Luận*, hoặc là quý vị sẽ khởi sinh thù hận hoặc là quý vị trở nên nản chí đối với việc tu tập; mỗi tình huống đều gây trở ngại cho việc dụng công của mình vào đức hạnh.

Hơn nữa, một số khổ đau sẽ do người khác tạo ra, một số khổ đau lại do nghiệp trước đây của quý vị, dù quý vị có nỗ lực hay không trên lộ trình tu. Một số khổ đau, như sẽ được giải thích dưới đây, xảy ra khi quý vị xúc tiến hành vi thiện đức và sẽ không xuất hiện khi quý vị không tiến hành việc này. Trong thời gian này, quý vị không thể nào xua tan các khổ đau chắc chắn được tạo ra bởi nghiệp lực từ trước và các duyên tức thời. Quý vị phải chấp nhận chúng khi chúng khởi hiện bởi vì (1) nếu quý vị không thực hiện điều này thì bên cạnh khổ đau chính, quý vị sẽ có thêm khổ đau do sự lo âu phát sinh bởi chính các ý tưởng của mình và khi đó đau khổ sẽ trở nên rất khó chịu đựng; (2) nếu quý vị chấp nhận khổ đau thì quý vị để đau khổ chính xảy ra, không dừng nó lại nhưng quý vị sẽ không bao giờ khổ đau do lo lắng vốn tạo ra sự bất cập quá mức khi quý vị tập trung lên khổ

[1] BA276 BCA: 6.12ab.

đau chính; và (3) bởi vì quý vị sử dụng một phương tiện để đem khổ đau chính vào đường tu, quý vị sẽ làm vơi rất nhiều nỗi khổ của mình, nên quý vị có thể chịu đựng được nó. Do đó, phát khởi sự nhẫn nhục chấp nhận khổ đau là vô cùng quan trọng. [417]

(b") Cách phát triển sự chấp nhận

1. Bác bỏ ý nghĩ cho rằng khi khổ đau xảy đến thì đó là tuyệt đối khó chịu
2. Chứng minh rằng chấp nhận khổ đau là phù hợp

(1") Bác bỏ ý nghĩ cho rằng khi khổ đau xảy đến thì đó là tuyệt đối khó chịu

Nếu quý vị có thể cứu chữa cho một tình huống trong đó có khổ đau xảy đến thì quý vị không cần cảm thấy rằng nó khó chịu. Nếu quý vị không thể cứu chữa được, thì thật vô ích để thấy nó khó chịu, nên không cần thiết để cảm thấy thế, hay thật là không hữu hiệu cho việc không cảm thấy dễ chịu; thậm chí là một sự bất lợi. Nếu quý vị thật thiếu nhẫn nhục, thì chỉ một chút khổ đau thôi cũng vô cùng khó cho quý vị chịu đựng được, trong khi nếu quý vị giảm thiểu sự thiếu nhẫn nhục thì quý vị có thể chịu được khổ đau to tát. *Nhập Bồ-đề Hành Luận* dạy rằng:[1]

> Nếu có cách đối trị
> Thì sao lại khó chịu?
> Nếu không có cách để trị
> Thì khó chịu ích chi?

Lại nữa:

> Ta sẽ nhẫn nhục với
> Nóng, lạnh, gió và mưa

---

[1]BA277 BCA: 6.10, 6.16.

Bệnh tật, giam cầm, đánh dập …
Nếu không: tai họa tăng thêm.

(2") Chứng minh rằng chấp nhận khổ đau là phù hợp

1. Quán chiếu về các phẩm tính tốt của khổ đau
2. Quán chiếu về các thuận lợi của sự chịu đựng gian khó của khổ đau
3. Cách thức mà việc chịu đựng khổ đau không khó nữa nếu mình từng bước làm quen với nó, bắt đầu với khổ đau nhỏ

(a)) Quán chiếu về các phẩm tính tốt của khổ đau

Khổ đau có năm phẩm tính tốt: (1) *Phẩm tính thúc giục quý vị bước nhanh đến giải thoát*. Lý do là bởi vì nếu quý vị không khổ đau thì quý vị sẽ không phát triển quyết tâm thoát khổ. (2) *Phẩm tính dẹp bỏ kiêu mạn*. Lý do là vì khi khổ đau giáng xuống quý vị thì nó sẽ giảm bớt thái độ độc tôn của quý vị. (3) *Phẩm tính khiến quý vị xa lánh tội lỗi*. Lý do là vì những tâm trạng đau đớn mà quý vị trải nghiệm khởi sinh từ bất thiện, do đó, nếu không muốn các hậu quả thì quý vị phải tránh các nhân của chúng. (4) *Phẩm tính khiến quý vị thiết tha nuôi dưỡng thiện đức*. Lý do là vì khi quý vị bị giày vò bởi khổ đau, quý vị sẽ mong cầu hạnh phúc và một khi quý vị đã muốn hạnh phúc rồi thì quý vị sẽ phải nuôi dưỡng những thiện đức vốn là các nguyên nhân của hạnh phúc. [418] (5) *Phẩm tính khởi sinh lòng bi mẫn đối với những ai còn lang thang trong luân hồi*. Lý do là bởi vì sau khi quý vị đã đánh giá về hoàn cảnh của chính mình, quý vị sẽ nghĩ rằng: "Các chúng sinh khác cũng đau khổ như vậy". Từ năm phẩm tính này và nội dung mà chúng thể hiện, hãy tự nhận thức các phẩm tính tốt khác và không ngừng luyện tâm với ý nghĩ: "Khổ đau này là một duyên mà ta muốn". *Nhập Bồ-đề Hành Luận* dạy rằng:[1]

---

[1] BA278 BCA: 6.12cd, 6.21. Có cùng hai trích dẫn trình bày ở LRCM: 115.14; *Đại Pháp* 1:162.

Bởi vì nếu không có khổ đau, sẽ không có quyết tâm thoát khổ
Hỡi tâm thức, mi hãy an trụ một chỗ!

Lại nữa:

Hơn nữa, các phẩm tính khác của khổ đau là
Ngươi dẹp bỏ ngã mạn với sự tỉnh mộng
Phát triển lòng bi mẫn đối với chúng sinh trong luân hồi
Cẩn thận tránh xa tội lỗi và hoan hỷ trong thiện hạnh.

(b)) Quán chiếu về các thuận lợi của sự chịu đựng gian khó khổ đau

Việc quán chiếu về các thuận lợi của sự chịu đựng các gian khó khổ đau có hai nội dung:

1. Quán chiếu về các lợi lạc cốt lõi chẳng hạn như sự giải thoát và vv...
2. Quán chiếu về lợi ích của việc xua tan khổ đau bất khả tư lường {đau khổ khôn lường}

(1)) Quán chiếu về các lợi lạc mấu chốt như sự giải thoát…

Hãy không ngừng cố định tâm thức với ý nghĩ: "Tôi biết là trong quá khứ, khi trôi lăn trong luân hồi, tôi đã khổ vì những ham muốn tầm thường và những nhu cầu vặt vãnh, tuy vậy, tôi đã không đếm xỉa đến nhiều khổ đau, chịu đựng rất nhiều khổ đau không mục đích, vốn sẽ, đến lượt nó, tạo ra vô vàn khổ đau cho tôi trong các kiếp sau. Với điều này, giờ thì tôi biết mình đang xúc tiến công đức vốn sẽ thành tựu bất khả tư lường các lợi lạc và hạnh phúc cho tôi và cho người khác, nên thật vẫn thích hợp cho tôi việc chấp nhận đau khổ hàng ngàn tỷ lần nhiều hơn trước

– nên dĩ nhiên tôi sẽ chấp nhận các đau khổ nhỏ hơn thế”. *Nhập Bồ-đề Hành Luận* dạy rằng:[1]

Vì tham muốn, ta đà gánh chịu
Thiêu đốt vv... trong địa ngục ngàn lần
Vẫn không thành tựu mảy may
Lợi lạc cho ta hay bất kỳ ai khác.

Điều này không hại như trên
Và nó thành tựu được mục tiêu lớn
Nên, việc đúng ở đây chỉ nên hoan hỷ
Trong khổ đau vốn trị lành vết thương cho tất cả chúng sinh.

Như vậy, sau khi quý vị đã quán chiếu về cách mà quý vị đã làm trước đây chỉ là sự khó nhọc vốn không hoàn tất được bất kỳ mục tiêu nào cho chính mình và cho tha nhân, hãy đề cao tinh thần, nghĩ rằng: “Tại sao bây giờ ta lại không chịu đựng khổ nhục để thành tựu mục đích to lớn? Mặc dù, ta đang khổ sở, nhưng thật là tuyệt hảo rằng ta đã tìm ra điều gì đó như thế này để làm”. [419] Hơn nữa, hãy phát triển một thái độ vô úy {không sợ hãi} đối với gian khổ trong lúc suy nghĩ về cách mà quý vị đã bị dẫn dắt sai đường bởi các đạo sư xấu, không có mục đích, theo đó, quý vị chịu đựng các thực hành khổ hạnh, như nhảy trên đinh ba, ngồi sát năm ngọn lửa và vv...[2]. Quý vị cũng

[1]BA279 BCA: 6.74-75.

[2]Ngài Tsongkhapa nhắc đến các pháp tu khổ hạnh phổ biến của các vị thầy dạy ngoại đạo – Bà-la-môn – dùng chúng trong việc tẩy nghiệp. Đặc biệt, có pháp sử dụng năm ngọn lửa trong việc tế lễ nhằm thanh tịnh nghiệp chướng. Khái niệm năm ngọn lửa (skt. Panchagni) trong đó 4 ngọn lửa được đốt lên còn ngọn lửa thứ 5 là lửa mặt trời. Xem thêm chi tiết về 5 ngọn lửa: *Panchagni – the Bath of Fire*. Yoga Magazine Website. Swami Satyasangananda Saraswati. Truy cập 20/11/2011. <http://www.yogamag.net/archives/2002/esep02/panch.shtml>.

hãy quán chiếu về việc tự đày đọa của mình với nhiều nỗi khổ sở trong nông nghiệp, thương trường và chiến tranh vì các mục đích thế tục, thấp kém.

(2)) Quán chiếu về lợi ích của việc xua tan vô lượng khổ đau

Hãy quán chiếu kỹ càng về sự khác biệt giữa khổ đau ngắn hạn và dài hạn với ý nghĩ: "Một người sắp bị hành hình sẽ vô cùng sung sướng nếu, thay cho việc hành hình, anh ta chỉ bị chặt một ngón tay. Sẽ thật tuyệt làm sao nếu, tương tự vậy, bởi giá trị của một ít khổ đau con người mà tôi có thể vĩnh viễn xua tan khổ đau vô hạn của luân hồi nói chung, và đặc biệt là khổ đau của các tái sinh xấu chẳng hạn như địa ngục vv...". Nếu quý vị làm tốt thì quý vị sẽ tạo ra dũng khí vô úy đối với gian khó. *Nhập Bồ-đề Hành Luận* dạy rằng:[1]

> Có bất hạnh chăng nếu một kẻ sắp bị hành hình
> Được tha mạng nếu chỉ chịu chặt lìa tay?
> Có bất hạnh chăng nếu với khổ đau trong đời,
> Ngươi lại được rời xa khỏi địa ngục?

(c)) Cách thức mà việc chịu đựng khổ đau không còn khó nữa nếu mình từng bước làm quen với nó, bắt đầu với khổ đau nhỏ

Nhập Bồ-đề Hành Luận dạy rằng:[2]

> Chẳng có thứ gì trên đời
> Lại không thành dễ khi đã quen.
> Nên quen dần qua những khổ đau nhỏ
> Những khổ đau lớn rồi cũng sẽ vượt qua.

---

[1]BA280 BCA: 6.72.
[2]BA281 BCA: 6.14.

Sau khi quý vị đã xác định tư tưởng chấp nhận khổ đau tựa như chiếc áo giáp, quý vị từng bước pha trộn nó với khổ đau, bắt đầu với loại khổ đau nhỏ. Khi quý vị làm việc này, quý vị sẽ nâng cao một cách vững chắc khả năng chấp nhận khổ đau của quý vị. *Bồ-tát Học Luận* dạy rằng:[1]

> Một khi ngươi đã tiến triển trước hết qua việc quen chịu đựng với những khổ đau nhỏ, quý vị sẽ quen thuộc với những khổ đau lớn và những khổ đau rất lớn. Ví dụ: Cũng giống như tất cả chúng sinh đều có ý nghĩ rằng khổ đau là hạnh phúc thông qua khả năng của duyên, vậy, quý vị nên duy trì thái độ hoan hỷ mỗi khi trải qua khổ đau bằng cách tập cho quen việc áp dụng tư tưởng hoan hỷ vào những trải nghiệm này.[420]

Về cách thực hành, *Cư sĩ Ugra Vấn Kinh* dạy rằng:[2]

> Hãy tự giải phóng tâm mình vốn nhẹ tựa như một miếng bông

Và *Hoa Nghiêm Kinh* dạy rằng:[3]

> Này thiện nữ nhân, để tiêu diệt mọi phiền não, ngươi nên phát triển một tâm thức khó khuất phục.

Do đó, quý vị cần sự dũng cảm vốn rất cứng rắn và kiên định; quý vị sẽ không thể nào chấp nhận được khổ đau với một tâm thức mềm yếu.

---

[1] BA282 *Śikṣā-samuccaya* Vaidya 1961b: 101; D3940: Khi 101b6-7.

[2] BA283 Đoạn trích của *Gṛha-paty-ugra-paripṛcchā-sūtra* D63: Nga 26b5-6 là từ *Śikṣā-samuccaya* D3940: Khi 101a6-7.

[3] BA284 Đoạn trích của *Gṛha-paty-ugra-paripṛcchā-sūtra,* D3940: Khi 101a7.

Nếu thoạt đầu quý vị phát triển một mức độ dũng cảm mạnh mẽ, thì ngay cả những khổ đau to tát cũng trở nên hữu ích. Điều này giống như trường hợp các chiến binh lâm trận thấy máu của chính mình để tăng cường dũng khí. Nếu ngay từ lúc đầu, quý vị lại hạ thấp mình và nói rằng: "Tôi chưa từng nghe nói đến một điều như vậy và thậm chí, nếu đã nghe, tôi sẽ không thể làm được một điều như thế" thì ngay cả một chút khổ đau cũng trở thành nguyên nhân kéo quý vị ra khỏi đường tu. Điều này cũng giống như trường hợp các kẻ hèn nhát trông thấy máu của người khác rồi ngã lăn ra bất tỉnh. *Nhập Bồ-đề Hành Luận* dạy rằng:[1]

> Một số, thấy máu của mình
> Lại càng trở nên dũng mãnh hơn.
> Số khác, trông thấy máu người
> Quá đớn hèn lăn ra bất tỉnh.
> Điều này xuất phát từ một tâm dũng cảm
> Hoặc sự hèn yếu của nó.

(c") Giải thích chi tiết từ các quan điểm của các nền tảng

Vấn: Cho rằng người ta phải chấp nhận khổ đau xảy đến, những khổ đau này đến từ đâu và ta chấp nhận chúng như thế nào?

Đáp: Có tám cơ sở để chấp nhận khổ đau.

1. *Chấp nhận khổ đau dựa trên các đối tượng*. Tăng bào, của bố thí, giường, ghế, thuốc và các nhu yếu phẩm là những vật dụng làm tăng trưởng hạnh kiểm thanh tịnh. Không chút kém vui hay bất mãn, quý vị phải chấp nhận đau khổ phát sinh khi những thứ này được bố thí cho quý vị và quý vị phát hiện ra rằng chúng kém về phẩm chất và số lượng hoặc chúng được cho với sự thiếu tôn trọng hoặc sau một thời gian dài trì hoãn.

---

[1] BA285 BCA: 6.17-1 Sab.

2. *Chấp nhận khổ đau dựa trên đến những lo âu thế tục*. Tám lo âu thế tục là (1) tổn thất; (2) thất sủng; (3) quở trách hay đổ lỗi; (4) đau đớn; (5) phân rã; (6) tiêu tan; (7) già; (8) bệnh và (9) cái chết của những đối tượng phải chết sau giai đoạn hư hoại. Sau khi quý vị đã phân tích nỗi khổ liên quan đến tất cả hay từng điều nói trên, quý vị sẽ chấp nhận khổ đau.

3. *Chấp nhận khổ đau liên quan đến những hoạt động thể chất*. Bốn hoạt động thể chất là di chuyển, đứng, ngồi và nằm. Khi quý vị đêm ngày tịnh hóa tâm mình khỏi các ngăn trở bằng hai hoạt động thứ nhất [di chuyển] và thứ hai [ngồi]) trong số bốn hoạt động trên. Tuy nhiên, quý vị không được thư giãn trên nệm, ghế hoặc giường rơm hay lá khi không phải lúc.

4. *Chấp nhận khổ đau liên quan đến việc phát huy giáo pháp*. Giáo pháp có thể được phát huy theo bảy cách sau: (1) Tôn thờ và phụng sự Tam bảo; (2) tôn thờ và phụng sự đạo sư; (3) thông hiểu giáo pháp; (4) giảng giải rộng rãi cho người khác giáo pháp mà mình đã thông hiểu; (5) tụng các bài tán với giọng to và rõ; (6) quán chiếu về sự nơi ở cô liêu một cách đúng đắn và (7) tu tập thiền chỉ và thiền quán với sự chú tâm của một thiền giả. Khi quý vị nỗ lực thực hành các điều này thì quý vị chấp nhận những nỗi khổ đang phát sinh.

5. *Chấp nhận khổ đau liên quan đến việc khất thực để sống*. Bảy khía cạnh của lối sống khất thực là (1) quý vị mang ngoại hình xấu vì cạo râu, tóc; (2) quý vị mặc quần áo vá và có màu sắc đơn điệu; (3) quý vị sống kiềm chế không làm theo hành vi của những người thế tục và hành xử theo cách khác với cách của họ; (4) quý vị từ bỏ nghề nông vv... và sống nhờ sự bố thí của người khác, do đó, quý vị sống phụ thuộc người khác; (5) bởi vì quý vị không tích lũy và sử dụng vật chất đạt được nên quý vị nhận của bố thí, như tăng y và vv..., từ người khác suốt cuộc đời quý vị; (6) bởi vì từ bỏ việc gần gũi xác thịt nên quý vị quay lưng đi với những ham muốn thế tục cho đến khi quý vị lìa bỏ cõi đời này;

và (7) bởi vì quý vị từ bỏ việc múa hát, cười cợt và những thứ tương tự nên quý vị quay lưng đi với thú vui thế tục cho đến khi quý vị lìa bỏ cõi đời này nhằm xa lìa bạn bè, những người đồng hành thân thuộc, bạn từ lúc trẻ thơ và tương tự cũng như các thú tiêu khiển và hoan lạc. Quý vị chấp nhận sự khổ đau dựa trên những thứ này. [422]

6. *Chấp nhận khổ đau liên quan đến sự mệt nhọc do nỗ lực tinh tấn*. Quý vị phải chấp nhận sự khổ đau phát sinh từ những xáo trộn, gian khó và sự mệt nhọc về thể xác và tinh thần trong lúc quý vị đang nỗ lực tu tập thiện đức.

7. *Chấp nhận khổ đau liên quan đến sự hoạt động vì lợi lạc của chúng sinh*. Có mười một hoạt động vì lợi lạc của chúng sinh; quý vị phải chấp nhận sự khổ đau phát sinh từ những hoạt động này.[1]

8. *Chấp nhận khổ đau liên quan đến những nhiệm vụ hiện tại*. Quý vị phải chấp nhận sự khổ đau phát sinh từ những nhiệm vụ của một người xuất gia, chẳng hạn như công việc liên quan bình bát, tăng y, vv... hoặc công việc của người chủ gia như công việc hoàn hảo ngoài đồng, trong kinh doanh, của một viên chức chính phủ vv....

Ngay cả khi quý vị đã bị tác động của bất kỳ khổ đau nào khởi lên phụ thuộc vào tám cơ sở này, hãy đừng buông bỏ thái độ hoan hỷ tinh tấn chịu đựng từng loại khổ đau một. Quý vị hành động vì mục đích giác ngộ, hãy hoan hỷ đừng để những khổ đau

---

[1]Theo Sopa Rinpoche thì tựa đề của phân mục này là *Nhẫn Nhục Về Sự Xác Tín vào Thực Tại*. Ở đây ý giảng chính là tri kiến về Nhân Quả (hay Duyên Khởi). Về nội dung hoàn toàn phù hợp với nội dung trên. *Steps on the Path to Enlightenment*. P412. Lhundub Sopa. Wisdom. 2008.

như vậy trở thành chướng ngại khiến quý vị thoái lui sau khi quý vị đã dấn bước.

(3') Phát triển nhẫn nhục về sự xác tín vào giáo pháp[1]

Phát triển nhẫn nhục về sự xác tín vào giáo pháp có nghĩa là phát khởi lòng nhẫn nhục về việc giữ tín tâm. Có tám đối tượng:

1. *Đối tượng tín tâm:* Đây là những phẩm tính tốt của Tam bảo.
2. *Đối tượng cần được thực chứng:* Đây là thực tại của hai loại vô ngã {nhân vô ngã và pháp vô ngã}.
3. *Đối tượng mong cầu:* Đây là ba đại lực của chư Phật và chư Bồ-tát – gồm năng lực trí tuệ siêu việt, năng lực của sáu Ba-la-mật-đa và năng lực nội tại {Phật tánh}.
4. *Đối tượng cần được tiếp nhận:* Đây là mong muốn bao gồm cả nguyên nhân – hành vi thiện đức – lẫn hậu quả của những thiện hạnh này.
5. *Đối tượng cần được loại bỏ:* Đây là ước muốn xa lìa cả nguyên nhân – hành vi sai lạc – lẫn hậu quả của những hành vi này.
6. *Đối tượng thiền định là mục đích cần thành tựu:* Đây là sự giác ngộ.
7. *Đối tượng thiền định là phương tiện để thành tựu mục đích:* Đây là tất cả những lộ trình tu tập với tâm Bồ-đề.
8. *Đối tượng của việc tu tập tiếp theo thông qua tu học và phân tích:* Theo ngài Dro-lung-ba (Gro-lung-pa) thì điều này là lĩnh vực của những điều để am hiểu, như là vô thường[2] và vv.... [423] Chương "Truyền thừa Uy dũng" (Bala-gotra-parivarta) trong *Bồ-tát Địa* đề cập về đối tượng thứ tám này thì giáo pháp

---

[1]BA285 BCA: 6.17-1 Sab.

[2]Ngài Lhundub Sopa giảng thêm vài tri kiến cần nắm bắt là sự phân định rõ ràng giữa vô thường hay thường hằng, giữa hạnh phúc hay bất hạnh, thiện hay bất thiện … vân vân. *Steps on the Path to Enlightenment*. P413. Lhundub Sopa. Wisdom. 2008.

tối thượng – bao gồm mười hai loại kinh điển và vv... – do đó, tôi nghĩ rằng quý vị phải lấy nó làm đối tượng {của việc tu học}.

Phương cách xây dựng tín tâm là trở nên xác tín về các đối tượng này theo như chúng vốn là và rồi quán chiếu chúng thường xuyên, am hiểu chúng mà không có mâu thuẫn.
Theo nội dung của *Bồ-tát Địa*, tôi đã xác định một hệ thống tám cơ sở liên quan đến nhẫn nhục chấp nhận khổ đau và tám đối tượng liên quan đến nhẫn nhục xác tín giáo pháp. Đặc biệt, có nội dung chi tiết của nhẫn nhục về sự xác tín vào giáo pháp.

(d') Cách tu tập
Khi tu tập bất kỳ loại nhẫn nhục Ba-la-mật-đa nào, cũng cần kết hợp với sáu phạm trù tối thượng và tất cả sáu Ba-la-mật-đa. Điều này cũng giống như lời giảng giải trước đây, ngoại trừ bố thí nhẫn nhục có nghĩa là xác lập người khác trong nhẫn nhục Ba-la-mật-đa.[1]

(e') Tóm tắt
Hồi tưởng và tu tập tâm Bồ-đề – tức nền tảng của Bồ-tát hạnh – là gốc rễ của ước muốn để xác lập tất cả chúng sinh trong một sự nhẫn nhục mà ở đó ô nhiễm bị đoạn diệt. Sau khi quý vị đã vững vàng nâng cao Bồ-đề tâm này, hãy phát nguyện tu tập nhẫn nhục của các hành vi Bồ-tát ở các địa cao và luyện tâm trên cơ sở ấy. Hãy phân biệt cách tu tập nhẫn nhục của một Bồ-tát sơ địa và rồi tu học một cách phù hợp. Nếu quý vị phạm giới như đã giải thích thì quý vị phải nỗ lực sám hối. Nếu quý vị bỏ qua việc phạm giới trong lúc tu tập các rèn luyện này, quý vị sẽ bị liên tục hoen ố bởi nhiều hành vi sai lạc lớn lao và ngay cả trong những kiếp sau, việc tu tập Bồ-tát hạnh tuyệt diệu của quý vị sẽ cực kỳ khó khăn. Thấy được tinh túy của đường tu là tối thượng, hãy tu tập tức khắc những gì có thể và khắc ghi ý định

[1] BA287 LRCM: 371.13.

sẽ tu tập những gì quý vị chưa thể tu tập trong lúc này. Nếu quý vị thực hiện điều này thì, như đã dạy trong *Đồng Tử Vấn Kinh*, quý vị sẽ thành tựu nhẫn nhục Ba-la-mật-đa với ít khó khăn và khổ đau. [424]

Chương 13: Tinh Tấn[1]

(iv) Cách thức tu tập tinh tấn Ba-la-mật-đa
- (a') Tinh tấn là gì?
- (b') Cách bắt đầu tu tập tinh tấn
- (c') Phân loại tinh tấn
  - (1') Các Phân loại thực tế
    - (a") Tinh tấn như áo giáp
    - (b") Tinh tấn huân tập công đức
    - (c") Tinh tấn của hành vi vì lợi lạc của chúng sinh
  - (2') Phương pháp phát triển tinh tấn
    - (a") Loại trừ các duyên {điều kiện} không thuận lợi ngăn trở tinh tấn
      - (1") Nhận diện những yếu tố không tương thích với tinh tấn
      - (2") Vận dụng phương pháp để loại bỏ những yếu tố không tương thích
        - (a)) Ngưng thói lười biếng trì hoãn
        - (b)) Ngưng tham luyến vào những hoạt động thấp kém
        - (c)) Ngưng chán nản hay tự khinh miệt
          - (1)) Ngưng chán nản về mục tiêu
          - (2)) Ngưng chán nản về các phương tiện để đạt mục đích
          - (3)) Ngưng chán nản bởi vì bất kể ngươi ở đâu đều là nơi để tu tập
    - (b") Thu thập các năng lực của sự thuận duyên
      - (1") Phát triển năng lực của ước nguyện

---

[1]Thuật ngữ *tinh tấn* dùng ở đây có một hàm ý quan trọng là đặc tính tiến triển đều đặn không ngừng một cách hoan hỷ bất kể mọi khó khăn chướng ngại để thành tựu mục tiêu cuối cùng. Trong bộ sách này, thuật ngữ *tinh tấn* sẽ theo ý này.

(2”) Phát triển năng lực của kiên định
(3”) Phát triển năng lực của hoan hỷ
(4”) Phát triển năng lực của ngừng nghỉ

(c”) Căn cứ vào việc loại bỏ những duyên không thuận lợi và huân tập thuận duyên, hãy chuyên chú tinh tấn

(d”) Cách thức vận dụng tinh tấn để đưa thân và tâm vào trạng thái hoạt dụng {trạng thái hoạt động tốt}

(d’) Cách tu tập
(e’) Tổng kết

(iv) Cách thức tu tập tinh tấn Ba-la-mật-đa

Phần này có năm nội dung:

1. Tinh tấn là gì?
2. Cách thức bắt đầu tu tập tinh tấn
3. Phân loại tinh tấn
4. Cách thức tu tập
5. Tổng kết

(a’) Tinh tấn là gì?

Khi quý vị chú tâm vào một điều thiện đức {công đức} thì tinh tấn là sự hứng khởi dành cho thiện đức này. *Nhập Bồ-đề Hành Luận* dạy rằng:[1]

Tinh tấn là gì? Đó là sự hỷ lạc trong thiện đức,

Bồ-tát Địa giải thích rằng đó là một trạng thái tâm thức không sai sót vốn hứng khởi trong việc tích lũy thiện đức và làm việc vì lợi lạc của chúng sinh cùng với hoạt động về thân, khẩu, ý mà trạng thái tâm thức này thúc đẩy.

[1]BA288 BCA: 7.2a.

(b’) Cách bắt đầu tu tập tinh tấn

Hãy thường xuyên quán chiếu về các lợi ích của tinh tấn và những khuyết điểm của việc không làm thế, vì quý vị sẽ phát triển tinh tấn nếu quý vị tự tập cho quen thuộc với sự quán chiếu này. Về các lợi ích của nó, *Thâm Tâm Tỉnh Giác Đại thừa Kinh* dạy rằng:[1]

> Hãy luôn dựa vào tinh tấn tôn nghiêm,
> Vốn xua tan mọi đau khổ, tối tăm,
> Vốn là nền tảng của giải thoát khỏi các giới khốn cùng,
> Và vốn được mọi Phật-đà tán thán.
>
> Những ai thường tinh tấn
> Không khó khăn hoàn tất mọi công trình
> Cho dẫu là điều thế tục hay siêu thế.
> Ai thiện tri lại nản lòng do tinh tấn?
>
> Ai nêu cao giác ngộ của Phật-đà,
> Biết sai sót của thờ ơ và mê ngủ,
> Và liên tục kiên gan cùng hứng khởi.
> Vậy cho nên ta đã dẫn dắt họ.

Đại thừa Kinh Trang Nghiêm Luận cũng dạy rằng:[2]

> Tinh tấn là thiện đức tối cao
> Dựa vào đó, ngươi có phần còn lại.
> Qua đó ngươi đạt đại hỷ lạc
> Cả thành tựu thế tục và siêu thế.

---

[1]BA289 *Ārya-adhyāśaya-saṃcodana-nāma-mahāyānā-sūtra*, {*Thâm Tâm Tỉnh Giác Đại Thừa Kinh*} D69: Ca 147b5-7.

[2]BA290 MSA: 16.65-66,70.

Với tinh tấn, ngươi đạt các thú vị mong ước trong đời
Thủ đắc được thanh tịnh tối hậu
Được giải thoát, vượt xa tầm nhìn về các hoại uẩn
Và đạt Phật quả, sự giác ngộ tối cao. [425]

Và nữa:

Người nào có tinh tấn
Thì không bị giáng hạ
Bởi thịnh vượng, phiền não
Nản chí hay thành đạt nhỏ.

Bồ-tát Địa cũng dạy rằng:[1]

Bởi vì chính tinh tấn, chứ không phải điều chi khác, là nguyên nhân nền tảng và tối cao cho sự thành tựu đúng đắn của các phẩm tính thiện đức của một vị Bồ-tát nên các Như Lai đã chỉ ra và tuyên thuyết rằng: "Tinh tấn là điều dẫn đến việc chứng đắc giác ngộ toàn hảo, vô thượng"

Tập Bồ-tát Học Luận cũng dạy rằng:[2]

Nếu ngươi hoàn toàn không mỏi mệt và có tinh tấn Ba-la-mật-đa thì chẳng có gì mà ngươi không đạt hay thành tựu được.

Và:

Chí đến cả phi nhân cũng hoan hỷ giúp
Ngươi thành tựu tất cả các loại thiền định
Và tận dụng đêm ngày một cách hiệu quả.
Các công đức huân tập không bị sa sút

---

[1]BA291 Bbh, Wogihara 1971:201; D4037: Wi 108a4-5.
[2]BA292 PS: 4.2cd, 4.41cd-42; D3944: Khi 226b4-5, 228b3-4.

Và các mục đích của ngươi vượt trên việc của loài người
Sẽ nở rộ như liên hoa xanh lam[1].

Về những khuyết điểm do không có tinh tấn Ba-la-mật-đa, *Hải Long Vương Vấn Kinh* dạy rằng:[2]

> Việc giác ngộ của những kẻ lười biếng là vô cùng xa xôi và cách biệt. Kẻ lười biếng thiếu tất cả các Ba-la-mật-đa, từ bố thí đến trí huệ. Kẻ lười biếng không hành động vì lợi lạc của người khác.

Và *Diệu Pháp Chánh Niệm Hiện Tại* cũng dạy rằng:[3]

> Những ai có thói biếng nhác
> Nền tảng duy nhất của khổ đau
> Kẻ nào cảm thấy chây lười
> Thiếu thốn tất cả các thiện tánh.

Cho nên, nếu quý vị thiếu tinh tấn thì quý vị sẽ bị lười biếng chi phối và sẽ thiếu hụt tất cả các phẩm tính thiện đức; do đó, quý vị sẽ đánh mất mọi mục đích tạm thời và tối hậu của con người[4].

---

[1]Tên Phạn (được trình bày trong nguyên bản Anh ngữ) của loại hoa sen xanh lam này là Utpala. Nó biểu tượng cho sự thuần tịnh. Hoa sen này thường thấy trình bày trong các thangka (tranh Phật giáo Tây Tạng dùng trong tu tập và thờ phụng), trên tay của các vị Tārā chẳng hạn.

[2]BA293 Ārya-*sāgaramati-paripṛcchā-nāma-mahāyānā-sūtra*, {*Hải Long Vương Vấn Kinh*} D152: Pha 40a5-7.

[3]BA294 Sad-*dharmānusmṛty-upasthāna*, {*Diệu Pháp Chánh Niệm Hiện Tại*} D287: Ya 128a6.

[4]Xin nhắc lại mục đích tạm thời là có đủ thiện nghiệp để không bị đọa sinh vào các cõi thấp (bao gồm súc sinh, ngạ quỷ và địa ngục) và để có đủ duyên tiếp tục tu tập và mục đích tối hậu là đạt giác ngộ.

(c’) Phân loại tinh tấn

Phần này có hai nội dung:

1. Phân loại thực tế
2. Phương pháp phát triển tinh tấn [426]

(1’) Phân loại thực tế

1. Tinh tấn như áo giáp
2. Tinh tấn trong tích lũy công đức
3. Tinh tấn trong hành động vì lợi lạc của chúng sinh

(a”) Tinh tấn như áo giáp

Khi chư Bồ-tát tinh tấn, trước khi tự mình chủ động hành sự, các ngài mặc áo giáp với một tư tưởng hứng khởi ban đầu như là: “cho đến tập hợp của một ngàn tỷ của ba *bất khả tư lường đại kiếp lượng* mà mỗi thời kỳ này bao gồm số ngày dài như một ngàn đại kiếp[1], ta sẽ không buông lơi việc thực hành tinh tấn. Vì mục đích giảm thiểu khổ đau của mỗi một chúng sinh, ta sẽ hoan hỷ trụ lại chỉ như một chúng sinh ở địa ngục cho đến ngày ta đạt được Phật quả. Bởi vì ta nỗ lực trong phương cách này cho mục đích toàn giác, nên có gì cần thiết để bàn sự tinh tấn của ta qua một thời lượng ngắn hơn hay lúc đối diện với khổ đau nhỏ hơn?”.

---

[1]Mỗi đại kiếp sẽ tương đương với một chu kỳ thành, trụ, hoại, diệt của vũ trụ. Mỗi chu kỳ thành hay trụ hay hoại hay diệt của vũ trụ bằng một trung kiếp (tức một đại kiếp bằng 4 trung kiếp); và mỗi trung kiếp bao gồm 20 tiểu kiếp. Vậy, lượng thời gian ghi bên trên tương ứng với 3 A-tăng-kỳ kiếp. Tuy nhiên, về thời lượng chính xác và cách đặt tên của chúng còn tùy theo sự định danh của kinh luận cụ thể nên có thể có khác nhau. Theo như giải thích của Geshe Sopa thì chu kỳ bất khả tư lường kiếp lượng (hay một A-tăng-kỳ kiếp) này tương ứng với 10 lũy thừa 60 của một kiếp lượng. *Steps on the Path to Enlightenment*. Vol 3. P426. Lhundub Sopa. Wisdom. 2008.

Đó là sự tinh tấn tựa như áo giáp. Một vị Bồ-tát dẫu ngay cả ước nguyện hay chỉ có tín tâm vào sự tinh tấn cũng sẽ tiến tu vững chãi; cần thêm bao nhiêu nữa để cho một người vốn được trang bị sự tinh tấn này, cho rằng vị Bồ-tát đó đang nuôi dưỡng vô lượng các nguyên nhân cho việc tinh tấn vi mục tiêu giác ngộ vô thượng. *Bồ-tát Địa* dạy rằng đối với một người như vậy thì tuyệt nhiên không có hành động nào vì người khác hay vì sự giác ngộ lại có thể gây nản chí hay gian khó. Khi quý vị đã trở nên đủ duyên với một tâm thức như vậy, dứt khoát là nó sẽ trở thành nhân khai mở tiềm năng của quý vị đối với Đại Thừa; do đó, hãy tu tập điều đó.

Về sự tinh tấn như áo giáp. *Tập Bồ-tát Học Luận* dạy rằng:[1]

> Trong nhiều kiếp lượng như số giọt nước của biển,
> Kiếp lượng trong đó các năm được tạo thành
> Từ những ngày dài, đêm thâu ngang bằng nhau
> Thậm chí bằng cả khoảng thời gian của luân hồi,
>
> Ngươi một lần phát khởi tâm Bồ-đề tối thượng.
> Dẫu ngươi phải hoàn tất mọi huân tập khác
> Ngươi không thối chí nhờ lòng bi mẫn của mình,
> Và đạt giác ngộ siêu phàm mà chẳng hề chùn bước.[427]
>
> Để tạo ra áo giáp vô cùng kiên định này
> Trong khi việc xem nhẹ khổ đau luân hồi của ngươi
> Được tuyên hứa thi hành đúng đắn trước tiên
> Cho kẻ hùng anh trì giữ lòng bi mẫn

Hơn nữa, ngay cả nếu quý vị mất một trăm ngàn năm để một lần phát khởi tâm Bồ-đề và để diện kiến một vị Phật, nơi mà một năm ở đây bao gồm mười hai tháng, mỗi tháng có ba mươi ngày

---

[1]BA295 PS: 4.5-7; D3944: Khi 226b6-227al.

và mỗi ngày dài như khoảng thời gian từ vô thủy luân hồi đến nay; và ngay cả khi quý vị tiêu tốn khoảng thời gian này nhân với số lượng cát sông Hằng để hiểu biết về tâm thức và ứng xử của một chúng sinh; thì một cách tương tự, quý vị phải đến được chỗ thấy biết tâm thức và ứng xử của tất cả chúng sinh. *Vô Tận Ý Đại thừa Kinh* {skt. *Ārya-akṣayamati-nirdeśa-nāma-mahāyānā-sūtra*} dạy rằng chiếc áo giáp ngoan cường là chiếc áo giáp không mệt mỏi; đây là tinh tấn Ba-la-mật-đa tựa áo giáp có phẩm chất cao nhất.

Tóm lại, nếu quý vị có thể phát khởi một thái độ duy nhất như vậy, quý vị sẽ có thể dễ dàng hoàn tất các tích lũy vô lượng và tịnh hóa được vô số vô minh. Việc này trở thành nguyên nhân tối thắng cho sự bất thoái chuyển; chỉ bởi tâm hỷ lạc bất kể mất bao lâu thời gian, quý vị sẽ nhanh chóng thành Phật. Những ai muốn thành Phật trong một thời gian ngắn nhưng lại chẳng hoan hỷ chút nào trong những vô hạn hành vi và trong khoảng thời gian rất dài cần thiết sẽ mất thời gian rất dài để đạt Phật quả vì họ thất bại để làm sinh khởi được dũng khí tuyệt vời của chư Bồ-tát.

Sau khi đã khoác áo giáp như thế, quý vị tinh tấn đối vì hai mục đích: huân tập công đức {thiện hạnh} và hành động vì lợi ích của các chúng sinh.

(b") Tinh tấn trong tích lũy công đức

Tinh tấn trong huân tập công đức là tự mình áp dụng tu tập sáu Ba-la-mật-đa để hoàn tất chúng một cách phù hợp.

(c") Tinh tấn hành động vì lợi ích của chúng sinh

Tinh tấn trong hành vi vì lợi ích của chúng sinh là việc tự mình áp dụng đúng đắn tu tập về mười một hoạt động vì lợi ích của tha nhân.[1]

(2') Phương pháp phát triển tinh tấn

Như đã giảng giải bên trên, bởi vì quý vị tạo lập, duy trì và tăng trưởng tất cả thiện hạnh của hai bồ tư lương trong sự phụ thuộc vào tinh tấn, nên tu tập phát triển nó vô cùng quan trọng. Ta sẽ bàn luận về bản văn *Nhập Bồ-đề Hành Luận* của đại học giả và đại thiện tri thức Tịch Thiên; lưu ý rằng nó thật là đầy đủ và dễ dàng để tìm hiểu cũng như để duy trì tu tập. [428] Phương pháp phát triển tinh tấn này có bốn nội dung:

1. Loại bỏ những điều kiện không thuận lợi ngăn trở tinh tấn
2. Thu thập các năng lực của sự thuận duyên
3. Căn cứ vào việc loại bỏ những duyên không thuận lợi và huân tập thuận duyên, hãy chuyên chú tinh tấn.
4. Cách thức vận dụng tinh tấn để đưa thân và tâm vào trạng thái hoạt dụng.

(a") Loại bỏ những duyên không thuận lợi ngăn trở tinh tấn

Bao gồm hai nội dung:

1. Nhận diện những yếu tố không tương thích với tinh tấn
2. Vận dụng phương pháp để loại bỏ những yếu tố không tương thích

(1") Nhận diện những yếu tố không tương thích với tinh tấn

Có hai yếu tố không tương thích với việc bước vào đạo pháp: (1) Không bước vào đạo pháp mặc dù quý vị thấy rằng mình có thể

---

[1]Mười một hoạt động vì lợi ích của tha nhân là các hành vi Bồ-tát nhằm thỏa mãn mười một nhu cầu của chúng sinh trên cơ sở tạm thời và tối hậu. Mười một nhu cầu này chính là mười một loại chúng sinh đã được nêu trong chương 11. Phần phân loại giới luật. *Steps on the Path to Enlightenment*. Vol 3. P 548. Lhundub Sopa. Wisdom. 2008.

tu tập được và (2) Không bước vào lộ trình tu tập bởi vì quý vị trở nên nản chí với ý nghĩ: "Làm sao ta có thể thực hành pháp như thế được?". Thực ra thì còn có một lý do khác để không bước vào đạo pháp là bởi vì quý vị không quan tâm đến việc liệu quý vị có khả năng hay không nhưng điều này là không phù hợp ở đây vì lời giảng giải này chỉ dành cho những người đi tìm giải thoát.

Trong yếu tố thứ nhất, có hai khả năng: (1) Quý vị có tật lười biếng trì hoãn với ý nghĩ: "vẫn còn thời gian" và (2) Quý vị không chần chừ trì hoãn, nhưng lại bị choáng ngợp bởi sự tham luyến vào các hoạt động thông thường và thấp kém. Về ý này, *Nhập Bồ-đề Hành Luận* dạy rằng:[1]

> Các yếu tố không hợp cho tinh tấn
> Là lười nhác, tham luyến với những thấp hèn
> Và tự khinh bởi do nhụt chí.

Các nguyên nhân khiến sinh lười biếng là không ưa thích, tham luyến vào các thú vui thấp kém, tham muốn ngủ nghê và thiếu tâm chán ghét luân hồi. *Nhập Bồ-đề Hành Luận* dạy rằng:[2]

> Lười biếng có, do tham dục
> Từ thiếu hứng thú, ham chơi, ham ngủ;
> Và do từ sự thiếu vắng
> Lòng chán ghét sinh tử luân hồi.

Một số người cho rằng hai dòng đầu là hình thức biểu thị của lười biếng hơn là nguyên nhân của nó.

---

[1]BA296 BCA: 7.2b-d.
[2]BA297 BCA: 7.3.

(2”) Vận dụng phương pháp để loại bỏ những yếu tố không tương thích

Có ba nội dung:

1. Ngưng thói lười biếng trì hoãn
2. Ngưng tham luyến vào những hoạt động thấp kém
3. Ngưng chán nản hay tự khinh miệt

(a)) Ngưng thói lười biếng trì hoãn

Điều này liên can đến ba sự quán chiếu về: quý vị suy tưởng rằng thân thể hiện nay của mình đang phân rã nhanh chóng, rằng sau khi chết quý vị sẽ bị đọa sinh xuống các cõi khổ đau và rằng sẽ rất khó khăn để tìm lại một đời sống tốt đẹp như thế này. Hãy quán chiếu các chủ đề này ngăn chận biếng nhác vốn cho là còn nhiều thời gian; do đó, phát khởi sự xác tín trong tâm thức quý vị rằng chẳng có thời gian để dự trữ. [429] Ba chủ đề quán chiếu này được giảng giải trước đây trong phần nói về loại người có căn cơ thấp[1].

(b)) Ngưng bám luyến vào những hoạt động thấp kém

Quý vị thấy rằng giáo pháp tối thượng là nguồn cội của niềm hỷ lạc vô tận cho kiếp này và những kiếp sau, cũng như thấy rằng mình làm mất đi ý nghĩa lớn lao của nó khi quý vị phân tâm vào các chuyện phiếm và trò vui, vốn là nguồn gốc của nhiều khổ đau vô nghĩa sau này. Hãy quán chiếu điều này và ngưng bám luyến vào đó. *Nhập Bồ-đề Hành Luận* dạy rằng:[2]

> Sao ngươi có thể từ bỏ nguồn gốc của niềm vui bất tận
> Của niềm hỷ lạc lớn lao, của giáo pháp siêu phàm,
> Để tìm vui trong các thú tiêu khiển, và phân tâm
> Vốn là nguyên nhân của nhiều đau khổ?

---

[1]BA298 LRCM: 83,98-132; *Great Treatise* 1:124-125,145-175.
[2]BA299 BCA: 7.15.

(c)) Ngưng chán nản hay tự xem thường

Tìm hỷ lạc trong giáo pháp siêu phàm sau khi quý vị không còn lười biếng trì hoãn và ngưng các hoạt động thấp kém thật vẫn chưa đủ; quý vị phải tu tập như một hành giả Đại Thừa. Do đó, nếu quý vị trở nên nản chí với ý nghĩ: "Một người như tôi không đủ sức thực hành được pháp đó" thì quý vị phải loại bỏ sự nản chí này. Ngưng nản lòng hay tự xem nhẹ mình có ba phần:

1. Ngưng chán nản với mục tiêu
2. Ngưng chán nản với phương tiện để đạt mục đích
3. Ngưng chán nản bởi vì bất kể ngươi ở đâu đều là nơi để tu tập

(1)) Ngưng chán nản về mục tiêu

Vấn: Nếu mục đích là Phật quả – tức sự đoạn diệt hoàn toàn các sai sót và viên mãn hoàn toàn tất cả các phẩm tính tốt, thật vô cùng khó cho tôi để hoàn tất ngay cả một vài phẩm tính tốt hay loại trừ một ít sai sót, làm thế nào một người như tôi có khả năng đạt đến một thành quả như thế?

Đáp: Nếu một ý tưởng nản chí như vậy khởi lên thì đây là một khuyết điểm rất lớn bởi vì nó cấu thành việc từ bỏ tâm giác ngộ. Ngay cả khi tư tưởng đó chưa hoàn toàn hiển lộ thì quý vị phải kết liễu nó khi nó mới trong giai đoạn khởi sinh.

Làm thế nào để ngăn chặn nó? Hãy tự động viên mình với ý nghĩ: "Đức Thế Tôn – đấng quyền năng thuyết điều chân thật và đúng đắn, không bao giờ sai trái và lỗi lầm – đã dạy rằng ngay cả loài ruồi vv... cũng sẽ có thể đạt giác ngộ. Thế nên, vì sao tôi lại không thể đạt giác ngộ khi mà tôi vẫn không từ bỏ sự kiên trì – trong vị trí sinh ra làm người cho tôi một cơ sở thù thắng và tôi có năng lực tinh thần để phân tích, điều nên theo và điều nên bỏ?' [430] *Nhập Bồ-đề Hành Luận* dạy rằng:[1]

[1]BA300 BCA: 7.17-19.

> ”Làm sao tôi có thể đạt giác ngộ?”
> Tôi sẽ không nản chí như thế
> Vì Như Lai tuyên thuyết chân lý
> Đã dạy về điều ấy như sau:
>
> “Ngay cho đến các loài ruồi, muỗi
> Ong và sâu bọ sẽ cùng viên mãn
> Giác ngộ vô song, việc rất khó đạt,
> Một khi chúng phát năng lực tinh tấn”.
>
> Vậy tại sao một kẻ như ta
> Sanh làm người, biết lợi biết tai ương,
> Lại không thể đạt thành giác ngộ
> Chừng nào ta không ngưng hành Bồ-tát?

Hơn nữa, hãy ngăn chận chán nản nhụt chí với ý nghĩ: “Trong quá khứ thì có chư Phật quá khứ, hiện tại thì có những vị Hoạt Phật và trong tương lai sẽ có những người sẽ thành Phật. Ở đây không phải là trường hợp chỉ một người vốn đã thành Phật hoàn tất được lộ trình tu tập. Đúng hơn là, những người chỉ như là ta đây, tiến hóa dần, đã và sẽ trở thành các vị Phật. *Bảo Vân Kinh* dạy rằng:[1]

> Bồ-tát nghĩ như sau: “Tất cả các Như Lai, A-la-hán, chư Phật toàn hảo vốn là những người đã thành tựu, là những người đang thành tựu và là những người sẽ thành tựu giác ngộ hoàn, đã, đang và sẽ đạt đến giác ngộ hoàn toàn qua phương tiện này, qua loại lộ trình này, qua cách tinh tấn này”. Do đó, đây không phải là trường hợp tất cả các Như Lai kia chỉ là một người, vốn đã trở thành một vị Như Lai đạt giác ngộ hoàn toàn. Đúng hơn là tôi đây cũng sẽ đạt đến

---

[1] BA301 *Ratna-megha-sūtra* {*Bảo Vân Kinh*} D231: Wa 21a3-6.

tất cả sự toàn thiện trong sự giác ngộ viên mãn, toàn hảo và vô thượng một cách tối hậu. Với sự tinh tấn chung cùng với toàn bộ chúng sinh và với sự tinh tấn hướng đến tất cả chúng sinh, ta cũng sẽ cầu tìm và nỗ lực để giác ngộ. [431]

Tán Dương Công Đức Vô Lượng cũng dạy rằng:[1]

> Ngay cả một số người thời trước đã đạt trạng thái *thiện thệ* cũng đã từng bị giáng xuống những trạng thái thấp hơn trạng thái này nhiều trước khi đắc quả thiện thệ này. Nghĩ như thế và để động viên chúng ta, ngài [đức Thế Tôn] không tự hạ thấp uy tín mình ngay cả khi ngài lâm vào một điều kiện khủng khiếp. Tự hạ thấp mình là sai, làm cho những ai có căn cơ phát triển trở nên nản chí.

Về sự thoái chí này, vì phẩm tính tốt đẹp của một vị Phật là vô hạn và các thành quả ứng theo các nguyên nhân, nên quý vị phải thành tựu các phẩm tính tốt đẹp và loại bỏ các sai sót thông qua vô số ngả đường trong khi dấn bước trên đạo pháp. Sau khi quý vị đã hiểu được điều này một cách tường minh, quý vị có thể trở nên thoái chí khi tự nhìn chính mình.[2]

Tuy nhiên, sự nản chí cụ thể này sẽ không bao giờ khởi sinh tại một thời điểm như hiện tại khi một hiểu biết thiếu sót về lộ trình tu tập đang trong sự hoạt dụng. Giờ đây, khi tu tập để thành tựu các phẩm tính Phật vô lượng, quý vị giả định rằng chúng được thành tựu một phương diện qua việc theo đuổi thực hiện chỉ một hay một phần của một phẩm tính và làm việc cật lực với nó. Tuy

---

[1]BA302 *Guṇāparyanta-stotra* {*Tán Dương Công Đức Vô Lượng*} D1155: Ka 196b7-197al.

[2]Ở đây sự nản chí có thể xảy đến sau khi hành giả hiểu ra được bản chất của giác ngộ và mức khó khăn đến thế nào để thành tựu giác ngộ. *Steps on the Path to Enlightenment*. Vol 3. P 440. Lhundub Sopa. Wisdom. 2008.

nhiên, trong trường hợp này, việc quý vị không chán nản không phải là một dấu hiệu tốt. Đúng hơn đó là hậu quả của việc quý vị không biết chắc chắn về cách thức để xúc tiến trên lộ trình tu tập – hoặc chỉ hiểu biết sơ lược nhưng không đặt vào sự thực hành – cho nên, quý vị bị lơ mơ bởi sự vì sự dễ dàng ở bề ngoài của pháp tu. Cho đến khi quý vị tìm đến tu rèn và nhận được sự giải thích tương đối đầy đủ về giai trình từ khi bắt đầu đến khi kết thúc, quý vị lại thốt lên: "Nếu cần nhiều đến như vậy thì ai có thể thực hành nổi?" và sẽ bỏ cuộc hoàn toàn.[1] Ngài Sha-ra-wa cũng dạy rằng:

> Đối với các Bồ-tát chưa có dịp xúc tiến thực hành thì tất cả các hành vi Bồ-tát dường như dễ dàng, như một cái đích để bắn tên, và thậm chí không hề nản chí. Hiện tại, chúng ta ngay cả chưa đạt đến mức độ mà ở đó chúng ta sẽ chán nản hay tự xem thường mình. Đến khi chúng ta hoàn toàn tiếp cận giáo pháp, thì có một mối nguy lớn về sự nhụt chí và tự xem thường mình.

Điều này khá đúng.

(2)) Ngưng chán nản về các phương tiện để đạt mục đích
Vấn: Để đạt Phật quả, người ta phải bố thí tay, chân mình vv... nhưng tôi không có khả năng cho những kỳ tích như vậy. [432]
Đáp: Quý vị phải chịu khổ đau đến mức độ như vậy bởi vì ngay cả những kẻ sống thoải mái, không xúc tiến trải nghiệm các thực hành Bồ-tát, như khi họ đi qua luân hồi, sẽ chịu nhiều khổ đau

---

[1]Theo cách diễn giảng của ngài Sopa thì tình trạng hành giả tương tự như khi thấy quả núi từ xa hiện ra nhỏ bé, chúng ta có thể nghĩ rằng: "thật là dễ dàng và thích thú để lên đến đỉnh núi". Khi ta đến gần hơn thì quả núi trông thật lớn. Khi đặt bước đến chân núi chúng ta lại nghĩ: "Chả biết bao giờ tôi mới lên nổi đến đỉnh". *Steps on the Path to Enlightenment*. Vol 3. P 440. Lhundub Sopa. Wisdom. 2008.

không thể diễn tả được như chặt chém, phân thây, đâm, thiêu đốt chẳng hạn mà vẫn không hoàn tất được lợi ích của chính mình. Khổ đau sinh ra bởi các gian khổ diễn ra vì mục tiêu giác ngộ thì không bằng được phần nhỏ của đau khổ {do luân hồi} này, và nó còn có mục tiêu vĩ đại về việc thành tựu cho cả lợi ích của chính quý vị và của tha nhân. *Nhập Bồ-đề Hành Luận* dạy rằng:[1]

"Nhưng thật đáng sợ là ta phải
Bố thí tay, chân và tương tự".
Không phân khổ đau lớn hay nhỏ
Sự hoang mang làm ta sợ hãi.

Trong vô lượng chục triệu kiếp
Ta sẽ bị đâm chém
Thiêu đốt, phân thây nhiều lần
Bởi đó vẫn không đạt giác ngộ.

Khổ đau nào đưa ta đến bờ giác
Đều mang theo một giới giới hạn rõ ràng.
Thật giống như cơn đau trong vết mổ
Để cắt đi một vết nội thương.

Các lương y chữa lành bệnh tật
Qua dạng điều trị không dễ ưa
Cho nên ta gánh thêm chút khó
Để diệt trừ đi bao khổ đau.

Về việc bố thí thân thể {thân thí}, quý vị sẽ không bố thí ngay từ lúc ban đầu khi quý vị còn lo sợ. Nhưng thông qua việc từng bước tu tập bố thí, quý vị sẽ hết bám luyến thân thể mình. Một khi sức mạnh về lòng bi mẫn của quý vị đã tăng trưởng, quý vị

---

[1] BA303 BCA: 7.20-23.

sẽ không còn khó khăn để cho chúng đi sử dụng thân đó vì một mục đích vĩ đại. *Nhập Bồ-đề Hành Luận* dạy rằng:[1]

Lương y thượng thặng không sử dụng
Liều thuốc thông thường như thế đâu
Ông chữa vô vàn kinh niên chứng
Bằng những chăm lo thật dịu dàng

Thoạt đầu, hướng dẫn chỉ thị ngươi
Bố thí rau quả và vv...
Sau đó, khi ngươi đà thuần thục
Ngươi dần bố thí cả thịt mình.

Một khi ta hiểu thân thể mình
Vai trò cũng tựa như rau quả
Thì khó khăn chi việc cho ra
Các thứ như là thịt da ta.

Một số người cho rằng bởi vì các hành giả của Ba-la-mật-đa thừa {tức Đại thừa} phải bố thí cả thân thể và mạng sống nên họ rất đau đớn và tu tập trên một lộ trình rất khó theo. Rõ ràng là bản văn trên đây bác bỏ điều vừa phát biểu bởi vì quý vị không thực hành chừng nào mà quý vị còn nhận thức rằng đó là một hành động khó khăn, nhưng đáng ra là làm việc đó khi mà nó trở nên dễ dàng, tựa như cho đi rau quả. [433]

(3)) Ngưng chán nản bởi vì bất kể ngươi ở đâu đều là nơi để tu tập

Vấn: Việc đạt đến Phật quả đòi hỏi tái sinh vô số lần trong luân hồi, cho nên, tôi sẽ bị hại bởi khổ đau nơi đó. Tôi không đủ khả năng là thế.

---

[1]BA304 BCA: 7.24-26.

Đáp: Hãy quán chiếu như sau. Chư Bồ-tát đã xóa sạch mọi tội lỗi; do đó, hậu quả của lỗi lầm – tức cảm thọ về khổ đau – sẽ không khởi sinh bởi vì họ đã ngăn chận được nguyên nhân {của phiền não}. Qua tri kiến vững chắc rằng luân hồi thiếu vắng một tự tánh, tựa như các trò ảo thuật, các ngài cũng không có khổ đau về tinh thần. Với giả sử là hỷ lạc về thể chất và tinh thần của các Bồ-tát tăng trưởng, thì họ không có lý do gì để ngã lòng dù rằng họ vẫn ở trong cõi luân hồi. *Nhập Bồ-đề Hành Luận* dạy rằng:[1]

Vì tội bị xóa sạch, nên chẳng có khổ đau
Thông qua trí hiểu biết, chẳng thiếu niềm hỷ lạc
Tà kiến và lỗi lầm
Làm hại thân và tâm.

Qua công đức, nên thân hỷ lạc;
Qua trí huệ, tâm cũng được an.
Chịu luân hồi vì lợi lạc tha nhân,
Kẻ từ bi tại sao phải ngã lòng?

Và:

Cho nên, sau khi cưỡi chiến mã của tâm Bồ-đề
Vốn xua tan mọi chán nhàm và mỏi mệt,
Ngươi tiếp diễn từ hỷ lạc này đến diệu lạc nọ.
Dẫu có mẫn cảm nào ai cam ngã lòng?

Tương tự vậy, đừng nản chí ngay cả qua việc bị trì hoãn trong luân hồi trong một thời gian dài không đo đếm được, bởi vì thời gian dài lâu tự nó không phải là nguyên do việc nản lòng. Nếu khổ đau là cực kỳ mãnh liệt, thì ngay cả một thoáng chốc trong đau khổ cũng gây nản chí. Nếu không có khổ đau và quý vị

---

[1]BA305 BCA: 7.27-28, 7:30.

được hạnh phúc thì ngay cả một thời gian dài cũng không gây nản chí. *Bảo Hành Vương Chính Luận* của ngài Long Thọ dạy rằng:[1]

Khi đau khổ, dù thoáng qua cũng khó gánh
Có cần đâu kể đến khoảng dài lâu?
Nếu không khổ và an trong hỷ lạc,
Thì ngại chi khoảng vô tận thời gian?
Chư Bồ-tát thân không hề thọ khổ;
Thì làm sao tâm lại phải ưu phiền?
Do bi mẫn, âu lo vì cõi thế;
Nên các ngài chịu ở lại dài lâu.

Theo gương đó, hãy đừng nên thất chí
Bằng ý suy: "Phật quả quá xa vời".
Luôn nỗ lực, hãy huân tập tư lương
Dứt lỗi lầm và nhận về phẩm hạnh.[434]

Lại nữa, bởi vì việc viên thành các tư lương vô lượng không phải là khó khăn, hãy đừng tự làm mình nản chí với ý nghĩ: "Việc trở thành một vị Phật đòi hỏi hoàn tất các tích lũy vô lượng về công đức và trí huệ. Việc này thật khó khăn nên có thể tôi không thể nào làm nổi". Trước hết, hãy tự động viên mình với ước nguyện thành tựu vô lượng các phẩm tính Phật vì lợi lạc của vô lượng chúng sinh mà quý vị muốn cứu giúp. Kế đến, hãy tập trung vào việc lưu lại luân hồi trong một khoảng thời gian không đo được và thọ Bồ-tát giới với ý nghĩ: "Tôi sẽ viên thành hai bộ tư lương vô lượng!" Sau đó, chừng nào quý vị vẫn trì giới, dù quý vị có bị phân tâm hay không, dù thức hay ngủ, quý vị sẽ liên tục tích lũy công đức vô lượng như hư không. *Bảo Hành Vương Chính Luận* dạy rằng:[2]

---

[1]BA306 Ra; 3.25-27; Hahn 1982: 76-77.
[2]BA307 Ra: 3.15-20; Hahn 1982: 74-75.

Chỉ như tất cả mười phương
Hư không, đất, nước, lửa và gió
Là vô lượng, nên chúng ta khẳng định
Các chúng sinh khổ đau cũng vô lường.

Với lòng bi mẫn, chư Bồ-tát
Cứu độ chúng sinh vô lượng này
Thoát khỏi khổ đau và quyết ý
Đưa họ sang bến cõi Phật-đà.

Ai gìn giữ kiên trinh bằng cách ấy
Thật đúng ngay khởi phát ước nguyện này
Rồi sau đó, dù ngủ mê hay tỉnh giác
Và cả khi vô ý chẳng nghĩ chi

Họ không ngưng tích phước đức vô lường
Như con số chúng sinh là vô lượng
Hãy nên biết, do điều vô số ấy
Phật quả kia, chẳng khó dẫu vô biên.

Ai trụ lại trong thời gian vô hạn
Để truy tầm giác ngộ vô biên
Vì lợi ích vô vàn sinh chúng
Và thực hành công đức vô lượng

Thế cho nên, dẫu giác ngộ khôn lường
Sao có thể, họ không thành đạt được
Trong thời gian không mấy dài lâu
Do kết hợp bốn vô số[1] này?

[1]Tức là Chúng sinh vô số, phật đạo vô biên, công đức vô lượng và thời gian vô hạn.

Không gì tuyệt vời hơn khi nghĩ rằng: “Giá như ta có thể đạt Phật quả trong một thời gian ngắn vì lợi lạc của chúng sinh”, bởi vì quý vị bị xúc động bởi sức mạnh mãnh liệt của tình yêu thương, lòng bi mẫn và tâm giác ngộ của chính quý vị. [435] Tuy nhiên, khi quý vị không thuộc vào bầu không gian tác động của những động cơ này, cũng như là quý vị thấy sự cần thiết của một thời dài gian tu tập qua những hành động vô tận và đòi hỏi nhiều công việc khó khăn thì quý vị có thể nghĩ rằng: “Nếu vậy thì ai có thể làm được điều đó?”. Nếu sau đó quý vị cho rằng quý vị đang tìm một lộ trình nhanh chóng thì quý vị sẽ trực tiếp làm tổn hại đến tâm Bồ-đề đã hành và gián tiếp làm tổn hại đến Bồ-đề tâm nguyện. Căn cơ của quý vị đối với Đại thừa sẽ suy yếu nhanh chóng và sự giác ngộ của quý vị trở nên xa vời vì quý vị đã một cách tối hậu mâu thuẫn với những gì mà các ngài Long Thọ và Vô Trước cho là ý nghĩ của đấng Chiến Thắng về cách thức tăng cường sức mạnh của Bồ-đề tâm.

Do đó, bởi vì việc trở nên thoái chí và duy trì tình trạng đó chẳng hề mang lại lợi ích gì và chỉ dẫn đến thêm chán nản mà thôi, nên hãy thấu hiểu kỹ càng các phương pháp thành tựu giác ngộ và tự nâng cao tinh thần của mình. Khi quý vị làm được điều này, việc hoàn thành các mục tiêu kể như đang nằm trong lòng bàn tay của quý vị. *Bổn Sanh Kinh* dạy rằng:[1]

> Thoái chí không giúp ngươi thoát khỏi nghịch duyên,
> Nên, thay vì tự giày vò trong ưu phiền
> Hãy phát triển năng lực kiên định cho mục tiêu cần đạt.
> Rồi ngay cả việc rất khó cũng trở nên dễ dàng, đem đến giải thoát.

---

[1]BA308 *Jātaka-mālā*, {*Bổn Sanh Kinh* – Truyện về các tiền kiếp của đức Phật} D4150: Hu 52b3.

Vậy, hãy đạt đến điều phải xong bằng phương tiện đã chỉ bày
Mà không tự làm mình sợ hãi hay bất hạnh.
Hãy tự giúp mình với sự ổn định của tài năng sáng chói
Rồi việc thành tựu tất cả các mục tiêu đều ở trong bàn tay ngươi.

Thánh giả Vô Trước liên tục dạy rằng quý vị phải hiểu biết rõ ràng cả các phương tiện tu tập bao quát mà không bị nản chí lẫn việc không tự thỏa mãn với các phẩm tính nhỏ bé. Hiện tại, quý vị nghĩ rằng: ”Ta đã đạt được trình độ cao trong đạo pháp tu tập”, khi quý vị đã tạo được một phẩm tính tốt duy nhất; cho dù đó là một phẩm tính tốt thực sự, đó cũng chỉ là một khía cạnh của lộ trình. Quý vị hài lòng khi quán chiếu đơn thuần về điều này. Nhưng sau đó, các thiện tri thức, từ trong các điểm mấu chốt của đạo pháp, giải thích theo sự hướng dẫn của kinh điển và lập luận rằng đó thật là một phần của thiện hạnh; nhưng nếu chỉ điều đó thôi thì quý vị chưa đạt đến đâu hết. Khi quý vị hiểu ra được những gì họ nói thì quý vị trở nên vô cùng chán nản. [436] Do đó, những người không thỏa mãn với một phần công đức đã thành tựu được, tìm cách vươn cao thêm và không nản chí ngay cả với sự cần thiết để tu học vô hạn trui rèn là cực kỳ hiếm hoi.

(b”) Thu thập các năng lực của sự thuận duyên

Phần này có bốn nội dung:

1. Phát triển năng lực của ước nguyện
2. Phát triển năng lực của sự kiên định
3. Phát triển năng lực của sự hoan hỷ
4. Phát triển năng lực của xả bỏ

(1”) Phát triển năng lực của ước nguyện

Chúng ta biết rằng các hành vi do mong ước đóng vai trò nền tảng cho tinh tấn, ước nguyện nói đến ở đây là việc mong ước. *Nhập Bồ-đề Hành Luận* dạy rằng:[1]

Cảnh cơ hàn hiện tại của ta đã khởi
Từ việc không ước nguyện giáo pháp của ta
Cả trong hiện tại và quá khứ xa xăm.
Ai sẽ rời bỏ ước nguyện đến giáo pháp?
Thánh hiền đã tuyên thuyết về ước nguyện này
Là cội nguồn của mọi khía cạnh công đức.

Sau đó, bản luận thuyết về cách thức để phát triển nguyện ước[2]

Cội rễ đó, đến lượt, là thiền quán thường hằng
Về thành quả tạo ra vốn từ nghiệp

Điều này có nghĩa rằng cách thức để phát triển nguyện ước là quán chiếu xem làm thế nào các hậu quả dễ ưa và khó chịu khởi sinh tương ứng từ các nghiệp thiện và bất thiện ra sao. Đó là vì tín tâm vốn được giảng dạy như là đóng vai trò nền tảng cho sự nguyện ước, cho nên lòng tin vào hai loại gồm nghiệp và các hậu quả của nghiệp sẽ phát khởi thành hai loại nguyện ước: loại nhằm giải trừ bất thiện nghiệp và loại nhằm tiếp thụ thiện nghiệp. Hơn nữa, quý vị xem xét nghiệp và các nghiệp báo của nó nói chung, cụ thể là quan hệ nhân quả đằng sau các lợi ích của các hành vi Bồ-tát và những sai sót của việc phạm Bồ-tát giới. Hãy thấu hiểu những điều ở đây từ những đoạn liên quan của chánh văn này.[3]

---

[1]BA309 BCA: 7.39-40ab.
[2]BA310 BCA: 7.40cd.
[3]BA311 Về nghiệp và các hậu quả của nó nói chung, xem *Đại Pháp* V. 209-242. Về các lợi ích của các hành vi Bồ-tát và các hậu quả vi phạm xem về bố thí, trì giới, nhẫn nhục, tinh tấn xem quyển 2

Một khi quý vị khát khao đến Đại thừa thì quý vị nhập môn với thệ nguyện rửa sạch tất cả các lỗi lầm và thành tựu tất cả phẩm tính tốt cho quý vị và cho người khác. Quý vị phải tự khích lệ mình với ý nghĩ: “Tôi sẽ phải thiền trong nhiều kiếp để tịnh hóa từng lỗi lầm cùng tập khí của nó và phát triển từng phẩm tính tốt đến mức độ viên mãn nhất. Tuy nhiên, bởi vì tôi chẳng mảy may có một chút tinh tấn cần thiết để rửa sạch những lỗi lầm hay thành tựu những phẩm tính tốt, tôi đã phí phạm thời gian rỗi rảnh của mình một cách vô nghĩa”. [437] *Nhập Bồ-đề Hành Luận* dạy rằng:[1]

> Ta sẽ hủy bất khả tư lường
> Lỗi lầm của ta và của người khác.
> Để dẹp tan từng lầm lỗi một
> Sẽ mất một đại dương kiếp lượng.
>
> Nhưng ta chẳng thấy ngay cả một chút
> Nỗ lực cần để tiêu hủy một lỗi lầm
> Ta là nguồn cội của khổ đau vô lượng.
> Thế tại sao tim ta không vỡ tan?
>
> Ta sẽ thành tựu vô số
> Hảo phẩm tính cho ta và người.
> Để nuôi dưỡng một phẩm tính tốt.
> Cần cả đại dương các kiếp lượng này,
>
> Nhưng ta chưa bao giờ tự tạo duyên
> Ngay cả một phần cho phẩm tính tốt.
> Bằng cách nào đó, ta được kiếp sống này—

LRCM. Về bình ổn thiền và định từ thiền cũng như là trí huệ và tuệ giác xem quyển 3 LRCM.

[1]BA312 BCA: 7.33-36.

Thật đáng nhục khi ta phung phí nó.

(2") Phát triển năng lực của sự kiên định

Phát triển năng lực của sự kiên định có nghĩ là quý vị đem lại kết thúc, không có thoái chuyển về bất kỳ điều gì mà quý vị tinh tấn. Thứ nhất, hãy đừng cố gắng làm mọi thứ; hãy xem xét tình thế một cách cẩn thận. Nếu quý vị thấy rằng quý vị có thể làm được thì hãy xúc tiến; nếu quý vị không thể làm được thì đừng dấn bước. Ngay cả quý vị cũng không nên bắt tay làm ngay những gì mà quý vị sẽ làm một thời gian rồi lại bỏ. Lý do là khi quý vị đã quen thói bỏ dang dở nửa chừng điều mà quý vị nguyện làm thì, qua tập khí này, trong những kiếp khác, quý vị sẽ bỏ dở sở nguyện tu tập và vv.... Hậu quả là tội lỗi của quý vị sẽ tăng trưởng trong kiếp đó, và trong những kiếp tiếp theo, đau khổ vốn là hậu quả của tội lỗi này sẽ tăng thêm. Hơn nữa, quý vị sẽ không thành tựu các thiện hạnh khác được bởi vì quý vị sẽ nghĩ tưởng đến việc thực thi ước nguyện trước đó; sẽ có một kết quả thấp kém vì quý vị đã quay lưng với lời nguyện trước đó; và ước nguyện trước đó tự nó sẽ không được thỏa mãn vì quý vị đã không theo rốt ráo. Tóm lại, hứa nguyện làm một việc gì nhưng lại để nó dở dang là một chướng ngại để quý vị thành tựu các kế hoạch khác và việc tạo duyên này cũng sẽ làm mất ổn định giới nguyện mà quý vị đã thọ. Liên quan đến ý này, *Nhập Bồ-đề Hành Luận* dạy rằng:[1]

Trước tiên ta khảo sát công việc
Rồi mới quyết tiến hành hay không.
Nếu không đủ sức thì đừng nhận
Đã bắt đầu làm chớ có quay lưng.

Nếu không, ta quen thói bỏ việc trong các kiếp
Và tội lỗi cùng khổ đau của ta sẽ tăng nhanh.

---

[1] BA313 BCA: *7.47-48.*

Cũng thế, các nghiệp khác cùng quả báo
Sẽ làm ta nghèo nàn và dở dang. [438]

Do đó, nếu quý vị muốn hoàn tất những gì mình đã cam kết thực hiện thì hãy nuôi dưỡng ba niềm tôn nghiêm.[1] *Nhập Bồ-đề Hành Luận* dạy rằng:[2]

Ngươi phải tôn nghiêm trong ba lĩnh vực:
Hành động, khả năng và các phiền não.

Niềm tôn nghiêm về mặt hành động có nghĩa là, cho dù có bạn đồng hành nào đi chăng nữa trên đường tu, quý vị không dựa vào họ mà tự tay hoàn thành công việc. *Nhập Bồ-đề Hành Luận* dạy rằng:[3]

"Một mình ta sẽ làm điều đó".
Đấy là tôn nghiêm trong hành vi.

Bằng Hữu Thư (*Suhṛl-lekha*) của ngài Long Thọ cũng dạy rằng:[4]

Việc giải thoát phụ thuộc vào chính mình

---

[1]Tôn nghiêm (hay hãnh tiến) phân biệt với *kiêu mạn* hay *tự hào* một cách tổng quát được xem là một phiền não tinh thần và chắc chắn kiêu ngạo tự mãn là điều cần bị loại bỏ. Tuy nhiên, trong một số tu tập tôn giáo, có các trạng thái tâm thức được gọi là *tôn nghiêm* vì trong một số khía cạnh nào đó trạng thái này trông giống như trạng thái tự hào. Nhưng tôn nghiêm là trạng thái tích cực, thiện đức và là điều nên được nuôi dưỡng. *Steps on the Path to Enlightenment*. Vol 3. P 456. Lhundub Sopa. Wisdom. 2008.
[2]BA314 BCA: 7.49ab.
[3]BA315 BCA: 7.49cd.
[4]BA316 *Suhṛl-lekha* {*Bằng Hữu Thư* – Các lá thư ngài Long Thọ Gửi cho bạn} 52ab; D4182: Me 43a4.

Không xảy ra qua trợ giúp của người.

Ý nghĩ: "Chỉ mình ta sẽ hoàn tất việc này mà không kỳ vọng vào người khác" cũng có nghĩa như niềm tôn nghiêm nên được đặt tên là "Niềm tôn nghiêm trong hành vi".

Niềm tôn nghiêm trong khả năng có nghĩa là quý vị thành tựu lợi lạc của chính mình và những người khác với ý nghĩ: "bởi vì chúng sinh chịu dưới áp lực của phiền não chi phối, nên họ không thể thành tựu ngay cả lợi lạc của chính mình, huống hồ là của người khác. Ta lại có khả năng thành tựu lợi lạc của cả chính mình lẫn của những người khác. *Nhập Bồ-đề Hành Luận* dạy rằng:[1]

Chúng sinh trong cõi đời, là đối tượng của phiền não,
Chẳng thể thành tựu lợi lạc cho chính mình.
Họ không có đủ khả năng làm được việc như ta
Cho nên ta sẽ có các hành vi vì họ.

Hơn nữa, hãy tu tập với ý nghĩ "Nếu những chúng sinh này không ngừng cố gắng thực hiện những hành động thấp nhỏ, thì sao ta lại không tiến hành các hành vi sẽ hoàn tất kết quả toàn hảo nhất?". *Nhập Bồ-đề Hành Luận* dạy rằng:[2]

Nếu kẻ khác thực hiện những hành vi nhỏ mọn
Thì làm sao ta có thể lặng yên?

Tuy nhiên, khi quý vị có được hai niềm tôn nghiêm [trong mặt hành động và trong khả năng] này thì quý vị không nên làm điều đó với sự kiêu mạn, từ sự khinh thường những người khác. Trái

---

[1]BA317 BCA: 7.50.
[2]BA318 BCA: 7.51ab.

lại, phải có lòng bi mẫn đối với những người khác và đừng để kiêu mạn trộn lẫn vào. *Nhập Bồ-đề Hành Luận* dạy rằng:[1]

Ta không làm điều này từ kiêu ngạo
Ta không nên có ngã mạn kia.

Ý tưởng: ”những người khác không có khả năng nhưng tôi có" tựa như kiêu hãnh, nên, nó được gán tên là “tôn nghiêm”.

Niềm tôn nghiêm trong phiền não có nghĩa là với sự xem thường các phiền não vào mọi dịp, quý vị nghĩ rằng: “Tôi sẽ chiến thắng các phiền não này; chúng không thể đánh bại được tôi”.[439] Điều này có nghĩa là quý vị phải kiên định sau khi đã phát tâm dũng mãnh đoạn diệt các yếu tố không thuận lợi. *Nhập Bồ-đề Hành Luận* dạy rằng:[2]

Ta sẽ chiến thắng tất cả;
Không gì đánh bại ta.
Ta, đứa con của Thắng Sư Tử,
Sẽ tiếp tục gìn giữ sự tôn nghiêm này.

Nếu không, khi quý vị đánh mất can đảm, thì ngay cả một yếu tố nhỏ, không thuận lợi cũng có thể làm hại quý vị. *Nhập Bồ-đề Hành Luận* dạy rằng:[3]

Ngay đến quạ cũng hành động tựa chim thần
Khi tìm được một con rắn chết.
Nếu ta đây thật là nhu nhược
Thì lỗi nhỏ cũng hại được ta.

---

[1]BA319 BCA: 7.51cd
[2]BA320 BCA: 7.55.
[3]BA321 BCA: 7.52-53ab.

Sao cho đặng kẻ bỏ cuộc, nản chí
Lại tìm thấy tự do trong yếu hèn?

Ngài Sha-ra-wa đã dạy rằng:

> Hạnh phúc của những kẻ bỏ bê giáo pháp chẳng vượt khỏi hạnh phúc của họ trước khi làm vậy. Hãy xem xét một thực tế rằng nếu ngươi bỏ bê giáo pháp trong đời này, thì sau đó ngươi sẽ phải chịu vô tận khổ đau. Nếu ngươi không nỗ lực thì các phiền não sẽ không nhìn ngươi với sự bi mẫn. Và pháp đối trị cũng không nói rằng: “Nếu ngươi không nuôi dưỡng ta, thì ta sẽ hoàn tất nhiệm vụ cho ngươi”. Ngay cả chư Phật và chư Bồ-tát cũng sẽ không thể che chở cho ngươi.

Nếu quý vị vận dụng ba niềm tôn nghiêm nói trên thì ngay cả những yếu tố không thuận lợi lớn cũng không thể gây chướng ngại cho quý vị, do đó, quý vị phải khởi phát ba niềm tôn nghiêm này. *Nhập Bồ-đề Hành Luận* dạy rằng:[1]

Đối với những người nỗ lực với lòng tôn nghiêm
Ngay đến các chướng ngại lớn cũng không bị quấy rầy.
Do đó, với tâm thức kiên định
Ta sẽ vượt qua những khuyết điểm của mình.

Nếu không, ước nguyện chế ngự các phiền não trong ba cõi của các hành giả sẽ trở thành sự xấu hổ cho người tu học nếu họ bị đánh bại bởi các phiền não của mình. *Nhập Bồ-đề Hành Luận* dạy rằng:[2]

Nếu ta bị các khuyết điểm đánh bại

---

[1] BA322 BCA: 7.53cd-54ab.
[2] BA323 BCA: 7.54cd.

Thì ước nguyện chế ngự ba cõi của ta trở thành trò cười.

Đây được gọi là "Niềm tôn nghiêm trong phiền não" bởi vì quý vị xem nhẹ phiền não và do đó, muốn tiêu hủy chúng.

Một số người bình luận *Nhập Bồ-đề Hành Luận* đã giải thích niềm tôn nghiêm về mặt chế ngự phiền não này theo một cách khác nhưng ta nghĩ lời giải thích trên đây là phù hợp với chánh văn. [440]

Do đó, hãy ngưng trông chờ vào người khác và hãy khoác áo giáp tự làm việc đó một mình. Tức là tự tin và nghĩ: "Không giống như tôi, những người khác không làm được điều này nhưng tôi lại có thể". Nếu quý vị tu tập theo cách nhìn này thì chắc chắn là quý vị sẽ đánh bại được các phiền não – chúng sẽ không thể nào đánh bại được quý vị – và quý vị xem xét rằng thật là một lỗi lầm khi từ bỏ nguyện ước sau một thời gian. Hãy tự rèn luyện mình cho đến khi tâm quý vị trở nên kiên định với ước muốn hoàn tất mọi thứ đã phát nguyện sau khi đã cẩn thận xem xét mình có thể làm được việc ấy hay không.

(3") Phát triển năng lực của sự hoan hỷ

Quý vị phát triển năng lực của sự hoan hỷ sau năng lực của ước nguyện, một sự nguyện ước mãnh liệt, tạo nên sự tinh tấn chưa từng hiện diện trước đây và quý vị đã thành tựu năng lực của sự kiên định (còn được gọi là năng lực của lòng tôn nghiêm) điều này khiến cho tinh tấn vốn đã phát triển trở nên bất thoái chuyển. Năng lực của sự hoan hỷ có nghĩa là khi quý vị trước tiên xúc tiến một hoạt động nào đó thì quý vị thực hiện một cách hoan hỷ và một khi quý vị đã dấn bước, quý vị có một ý thức đam mê thể hiện ở chỗ quý vị không muốn cho hoạt động này bị

gián đoạn. Liên quan đến cách thức phát triển ý thức đam mê này, *Nhập Bồ-đề Hành Luận* dạy rằng:[1]

> Như những kẻ muốn vui từ chơi đùa
> Chư Bồ-tát rất nhiệt thành
> Trong bất kỳ hoạt động nào họ phải làm.
> Một cách đam mê, họ tìm vui trong công việc.

Nên, hãy nỗ lực với một thái độ như những đứa trẻ mà quý vị đang tiến hành chơi đùa không biết nhàm chán. Điều này có nghĩa là quý vị phải đam mê về điều tạo ra các hậu quả vui sướng cũng như là đam mê các hậu quả tự chúng. Bởi vì nếu phàm phu nỗ lực ngay cả khi họ không chắc là liệu họ có một kết quả tốt lành thì cần gì phải đề cập đến các hoạt động chắc chắn sẽ mang lại các kết quả tốt lành. *Nhập Bồ-đề Hành Luận* dạy rằng:[2]

> Mặc dù họ hành động vì mục đích hạnh phúc
> Vẫn không chắc là hạnh phúc sẽ đến hay không.
> Nhưng đối với những người mà chính công việc là hạnh phúc
> Thì làm sao họ có thể hạnh phúc trừ phi họ làm việc?

Đây cũng là lý do vì sao thái độ thỏa mãn là sai. *Nhập Bồ-đề Hành Luận* dạy rằng:[3] [441]

> Nếu ta không bao giờ thỏa mãn với nhục dục
> Vốn giống như liếm mật trên lưỡi dao
> Thì làm sao lại thỏa mãn với công đức
> Vốn kết quả là hạnh phúc và an lạc.

---

[1]BA324 BCA: 7.62.
[2]BA325 BCA: 7.63.
[3]BA326 BCA: 7.64.

Hãy phát triển một thái độ không thỏa mãn với ý nghĩ: "việc say mê với nhục dục tựa như liếm mật trên cạnh sắc bén của lưỡi dao; nguồn vị ngọt chẳng đáng là bao nhưng lưỡi sẽ bị cắt đứt. Nếu tôi không thể hài lòng về việc trải nghiệm này, điều vốn mang lại cho tôi đau khổ to tát chỉ vì một chút vui sướng tạm thời, thì có nghĩa gì đâu để được trong cảm xúc thỏa mãn về các tích lũy công đức và trí huệ, vốn đem lại hạnh phúc không sai sót và vô hạn trong cả tức thời và về lâu về dài?".

Do đó, để hoàn thành các hành vi công đức mà quý vị đã xúc tiến, hãy dấn bước như một con voi mà da bị cháy nắng bước xuống ao sen tươi mát lúc giữa trưa. Hãy rèn luyện cho đến khi tạo được thái độ này. *Nhập Bồ-đề Hành Luận* dạy rằng:[1]

> Vậy, để hoàn thành công việc
> Ta sẽ dấn bước y như
> Con voi, bị nắng trưa thiêu đốt
> Đến một cái ao để ngâm mình.

(4") Phát triển năng lực của dừng nghỉ

Nếu quý vị trở nên mỏi mệt về thể xác hay tinh thần do tinh tấn quá mức thì quý vị phải nghỉ ngơi một chút. Nếu không, quý vị sẽ kiệt sức và trở nên rất nản chí, bởi đó, sau này sẽ gây chướng ngại cho tinh tấn của mình. Ngay sau khi đã dừng nghỉ, hãy tiếp tục tinh tấn trở lại và sau khi đã hoàn thành hoạt động trước đây của quý vị, đừng thỏa mãn với việc này. Quý vị phải tinh tấn với các hoạt động khác cao hơn. *Nhập Bồ-đề Hành Luận* dạy rằng:[2]

> Khi sức lực của ta đã suy giảm
> Ta sẽ để việc sang bên và làm lại sau đó

---

[1] BA327 BCA: 7.65.
[2] BA328 BCA: 7.66.

Khi nó đã hoàn thành thì ta để nó một bên
Rồi truy tầm việc kế và kế nữa.

Việc kế tiếp là quan trọng bởi vì nếu quý vị xem xét mỗi phẩm chất tốt đẹp trước đây là đủ rồi thì đây sẽ là một chướng ngại lớn cho việc thành tựu nhiều phẩm tính cao hơn.

Trình bày trên đây cho thấy cách thức tu tập tinh tấn. Đừng bắt mình làm việc quá sức. Quý vị phải tránh cả việc gắng sức quá mức lẫn việc thư giãn quá mức và hãy giữ gìn cho sự nỗ lực được liên tục như một dòng sông. [442]. *Nhất Bách Ngũ Thập kệ Tụng* của Mẫu hầu dạy rằng:[1]

Để làm cho mình được hưng phấn hơn
Ngươi đừng bao giờ cố gắng hay thư giãn quá.
Như vậy, các thiện đức của ngươi là bất khả phân
Bởi thiện đức trước và thiện đức đến sau.

Ngài Bo-do-wa cũng dạy rằng:

> Những trinh sát của Se-mo-dru-wa (Se-mo-dru-ba) chẳng hạn, không bao giờ đến được nơi đó. Nhưng những trinh sát của Chang-wa (Byang-ba) thì không vội vã ngay từ lúc đầu và truy lùng những kẻ cướp cho đến khi họ bắt được chúng. Cũng như vậy, hãy tu tập theo một nhịp độ điều hòa mà quý vị có thể duy trì được. Một con rận, chẳng hạn, bò với một tốc độ nhỏ nhưng không bao giờ ngừng nên sớm đến đích trong khi một con bọ chét lại nhảy từng bước dài liên tiếp và ngừng lại nên không bao giời đến đích được.

---

[1]BA329 *Śata-pañcāśataka-nāma-stotra* {*Nhất Bách Ngũ Thập Kệ Tụng* – Một trăm năm chục câu kệ tán dương} 2.21; Bailey 1951:49.

(c") Căn cứ vào việc loại bỏ những duyên không thuận lợi và huân tập thuận duyên, hãy chuyên chú tinh tấn[1]

Sau khi quý vị đã nhận diện ba điều kiện không thuận lợi cho tinh tấn thì quý vị sẽ chú trọng đến các pháp đối trị. Quý vị khởi phát ba năng lực: năng lực của ước nguyện vốn là điều kiện thuận lợi cho việc làm suy giảm các chướng duyên chưa bị làm yếu, năng lực của sự kiên định vốn là nguyên nhân cho sự bất thoái chuyển một khi quý vị đã bắt tay vào việc và năng lực của sự hoan hỷ vốn không bao giờ muốn làm gián đoạn một hoạt động một khi quý vị đã tham gia. Qua năng lực của sự tạm ngưng, quý vị đã trở nên thiện xảo trong phương cách để tinh tấn. Tại điểm này, quý vị phải phát triển năng lực chuyên chú vào tinh tấn, cho nên, tôi sẽ giải thích điều này.

Về cách thức hành động khi quý vị tinh tấn loại trừ những thứ cần được loại trừ, *Nhập Bồ-đề Hành Luận* dạy rằng:[2]

> Như một chiến binh dày dạn tiến công
> Một thanh gươm lâm chiến với kẻ thù
> Ta sẽ gạt đi những đòn đánh của phiền não
> Và mạnh mẽ tấn công chúng, kẻ thù của ta.

Chẳng hạn như khi các chiến binh dày dạn – những người lão luyện quen việc chiến đấu – bước vào một trận đọ gươm và vv... với kẻ thù, họ không chỉ chú trọng đến việc tiêu diệt kẻ thù của mình. Đúng hơn họ phải hoàn thành hai việc: khéo léo tránh những nhát gươm đâm chém về phía mình và tiêu diệt kẻ thù.

---

[1]BA330 Ở điểm này trong bộ luận (LRCM 442.7) có trình bày đầu đề từ LRCM 328.3 và lời chú: (*de gnyis la brten nas brtson 'grus brtson pa lhur blang ba ni*) *'di ni par gzhan du chad* "(Dựa trên hai đoạn trước, chủ ý là về tinh tấn). Điều này bị thiếu trong các ấn bản khác". Đầu đề này không được bao gồm trong Ganden Bar Nying (220b.4).

[2]BA331 BCA: 7.67.

Cũng như vậy, khi hành giả chiến đấu với các phiền não của mình, họ phải nỗ lực bền gan để tinh thông hai điều: chú ý giữ sự phòng thủ và như vậy, tránh cho tâm thức không bị thương tích và tấn công tiêu diệt phiền não bằng cách dùng các pháp đối trị. [443] Bởi vì, nếu không thì trong lúc họ khả dĩ dùng pháp đối trị để ngăn chặn hoạt động của một phần các phiền não, thì hoặc họ bị tước đi một số phương diện nào đó của công đức bởi các phiền não khác, hoặc là họ sẽ phát triển ra một lỗi lầm lớn trong tâm thức khiến cho sự tai hại của các phiền não bằng với sự tạo thành của công đức, theo đó việc đạt được tiến bộ xa hơn trong tu tập thiện hạnh dùng pháp đối trị sẽ là điều khó khăn.

Minh họa dẫn ra là một số người có thể nghĩ rằng kiến thức là quan trọng nhất để thực hành giáo pháp và chỉ chú trọng đến tri kiến. Sau đó, khi họ thẩm tra các giáo pháp, họ xua tan mơ hồ về vô minh qua phương tiện tu học, nhưng đồng thời, do không cảnh giác đối với các phiền não khác, dòng tâm thức của họ một cách rốt ráo bị ô nhiễm nặng nề bởi vết hoen ố của hành xử sai lạc. Một số người khác thì có thể cho rằng giữ giới cho tâm thức là quan trọng hơn tri kiến nhiều và do đó, nhấn mạnh mặt thiền. Bỏ qua cảnh giác đối với kẻ thù là sự mơ hồ, họ sẽ chẳng thể nào nghiên cứu hay tu học giáo pháp, do đó, họ trở nên rất mơ hồ về việc xúc tiến những điều để được thu nhận và loại bỏ những thứ để kiêng tránh theo giới luật đã thọ lãnh và do đó, họ thường xuyên phạm giới.

Nếu, trong trận chiến, thanh gươm rớt khỏi tay mình, quý vị sẽ nhặt nó lên không chút ngập ngừng vì sợ mất mạng. Tương tự vậy, khi quý vị chiến đấu với phiền não và đánh mất vũ khí chánh niệm (vốn không quên các khía cạnh khách quan và chủ quan của việc xúc tiến những điều để tiếp nhận và loại trừ những thứ để kiêng tránh), quý vị phải lập tức tái áp dụng chánh niệm

vì sợ sẽ bị đọa sinh vào các cõi thấp. *Nhập Bồ-đề Hành Luận* dạy rằng:[1]

Nếu lỡ rớt thanh gươm trong trận chiến
Ngươi nhanh lẹ nhặt lên vì sợ.
Tương tự thế, nếu ta đánh mất vũ khí chánh niệm
Ta nhanh chóng phục hồi vì sợ lo địa ngục.

Trong *Bằng Hữu Thư*, hộ pháp Long Thọ cũng dạy về vai trò vô cùng quan trọng của chánh niệm:[2]

Thưa ngài, đấng Thiện Thệ đã tuyên thuyết chánh niệm về thân
Là một đạo pháp cần hành trì .
Hãy bám chắc và gìn giữ nó
Khi chánh niệm suy yếu, mọi công đức tiêu tan.

Hơn nữa, về đối tượng mà chánh niệm hướng đến, chánh niệm nắm bắt một đối tượng mà trí tuệ đã hoàn toàn phân biệt được; chánh niệm không tự nhận biết đối tượng. [444]

Vấn: Trí tuệ phân biệt đóng vai trò gì?

Đáp: Nói chung, trí tuệ phân biệt tất cả các thứ để được thu nhận và để được kiêng tránh như được giảng giải trong kinh; cụ thể, nó phân biệt điều để được thu giữ và điều để được kiêng tránh theo các giới mà quý vị đã thọ lãnh. Do đó, một khi quý vị giữ chánh niệm và cảnh tỉnh {tỉnh giác, tỉnh thức} đối với những điều này thì quý vị sẽ thành tựu việc tu tập; quý vị sẽ không thành tựu nếu chỉ áp dụng chánh niệm và tỉnh thức trong phạm vi nhỏ hẹp của sự chú ý đến một đối tượng thiền.

---

[1]BA332 BCA: 7.68.
[2]BA333 *Suhṛl-lekha* , 54; D4182: Ne 43a5.

Hơn nữa, khi lâm trận, các chiến binh cố gắng không để rơi gươm; khi họ vô tình làm rớt gươm thì họ nhặt nó lên lập tức. Hai hành động này dựa trên nỗi sợ hãi bị giết, chứ không phải là những lời nói suông. Tương tự vậy, những hành giả tu tập cũng sợ đánh mất chánh niệm vốn không quên điều để được thu giữ và điều để kiêng tránh; ngay cả khi họ đánh mất chánh niệm, họ nhanh chóng tái áp dụng nó ngay. Hai hành động này được dựa trên nỗi sợ hãi đang phát triển trong tâm họ về một sự đọa sinh thực sự vào các cõi thấp do phạm giới và phạm lỗi xảy ra khi bị thất niệm. Điều này đến lượt, lại phụ thuộc vào việc tạo nghiệp và các nghiệp quả của nó trở thành trung tâm của sự tu tập của họ và trì giữ cách tiếp cận này. Những ai không nuôi dưỡng được nhận thức rằng các điểm này là những giáo huấn thâm diệu chặt đứt gốc rễ của các phẩm tính thiện lành khởi sinh từ sự tu tập làm hoan hỷ các thiện tri thức, nền tảng thiêng liêng của đường tu.

Vấn: Vậy thì vì sao cần thiết để trông chừng với một sự sợ hãi cả những hành vi sai trái nhỏ bé và không để nó tiếp diễn mà phải ngăn chặn nó tức thời?

Đáp: Hãy lấy ví dụ về mũi tên độc gây ra một vết thương nhỏ trên bề mặt thân thể. Chẳng bao lâu chất độc từ vết thương này sẽ lan rộng khắp cơ thể. Quý vị sẽ phải mổ xẻ vết thương và hút chất độc ra. Tương tự vậy, ngay cả khi một ứng xử sai trái không gây ra điều chi nghiêm trọng hơn một vết thương nhỏ trong tâm thức, nhưng nếu quý vị bỏ qua, thì nó sẽ nhanh chóng lan tỏa khắp tâm thức quý vị và trở thành vết thương lớn. Do đó, ngay từ lúc đầu quý vị phải ngăn ngừa không để hành vi sai trái xảy ra và nếu nó xảy ra thì quý vị phải kết thúc nó ngay lập tức. *Nhập Bồ-đề Hành Luận* dạy rằng:[1]

---

[1]BA334 BCA: 7.69.

Cũng như chất độc ngấm khắp người
Vận chuyển theo dòng máu
Một lỗi lầm lan ra trong tâm thức
Nếu nó tìm thấy một cơ hội bất kỳ. [445]

Vấn: Vậy thì những người muốn chiến thắng phiền não phải giữ chánh niệm và tỉnh thức ra sao?

Đáp: Quý vị phải nhiếp tâm như *Nhập Bồ-đề Hành Luận* đã dạy:[1]

Một hành giả phải nhiếp tâm
Như kẻ đang mang bình đầy dầu mù tạt
Đang lo sợ khi một kiếm sĩ trước mặt
Dọa sẽ giết nếu rơi vãi một giọt dầu.

Hãy thấu hiểu điều này qua câu kinh liên quan đến vùng biên giới trong câu chuyện của Ka-chiên-diên.[2] Trong lúc quý vị

---

[1]BA335 BCA: 7.70.

[2]BA336 Ba-so-chos-kyi-rgyal-mtshan (mChan: 587.6) liên hệ đến câu chuyện của tôn giả Ca-chiên-diên (skt. Kātyāyana) được mời thuyết pháp bởi vị vua thuộc biên cương. Khi ngài Ca-chiên-diên và các môn đệ đến đó, vị vua chào đón họ với một màn trình diễn lớn rất ấn tượng. Sau đó nhà vua bèn hỏi Ca-chiên-diên và môn đệ nghĩ gì về các màn trình diễn, ngài tôn giả đã trả lời rằng họ không hề để ý đến chúng, vì ngài và các đệ tử đang tu tập kiềm chế các giác quan (Xem *Đại Pháp* 1:101-102). Vị vua đã không tin vào điều này nên ngài Ca-chiên-diên đã yêu cầu một người vác một cái hủ chứa đầy đến miệng dầu mù-tạt đi vòng quanh cung điện; và đe dọa nếu ông ta làm đổ dù chỉ một giọt dầu thì sẽ bị giết. Ngài cũng yêu cầu cho tái diễn cùng một màn trình diễn ấn tượng kia trong lúc người đàn ông tiến hành công việc. Sau khi người này thành công, vị vua đã hỏi ông ta có cảm tưởng gì về màn trình diễn.

đang tập trung nếu nói chung là quý vị hành động sai trái hay nói riêng là quý vị trải nghiệm các nguyên nhân của sự lười biếng, như sự buồn ngủ chẳng hạn, thì quý vị không được ưng thuận theo chúng mà phải đối đầu và đẩy lui chúng. *Nhập Bồ-đề Hành Luận* dạy rằng:[1]

Như vậy khi rắn bò vào chân ngươi
Ngươi sẽ liền đứng bật dậy thật nhanh.
Cũng thế khi buồn ngủ và biếng lười
Hãy nhanh chóng mà đẩy lùi chúng đi.

Hơn nữa, chẳng những không tái phạm lỗi mà còn chủ động tự cảm thấy không hài lòng khi chúng xảy ra. Hãy quán chiếu như sau: "Bởi vì trong quá khứ ta cũng đã tiếp tục như thế này nên ta đã trôi lăn trong luân hồi đến tận lúc này. Đặc biệt, đáng trách là ta đã thọ Bồ-tát giới nhưng lại tiếp tục có những hành động không phù hợp với giới luật". Hãy tự truyền cảm hứng để tự kiềm chế từ nay về sau với ý nghĩ "Từ nay, ta sẽ không để lỗi lầm này xảy ra nữa". Hãy thường xuyên vận dụng cả hai thái độ này. *Nhập Bồ-đề Hành Luận* dạy rằng:[2]

Mỗi khi một sai sót xảy ra
Ta sẽ tự trách và suy ngẫm thật lâu
"Ta sẽ làm mọi điều có thể
Để lỗi lầm này sẽ không thể xảy ra".

Hãy cố gắng nỗ lực với những nguyên nhân sâu xa làm khởi sinh chánh niệm mạnh mẽ và liên tục, vốn là nền tảng của pháp tu này. Hãy theo đuổi các hoạt động như ở gần đạo sư giỏi, đạo

---

Người này đã trả lời là không hề để ý đến một chút nào, thì vị vua đã tin ngài Ca-chiên-diên và các môn đệ.

[1]BA337 BCA: 7.71

[2]BA338 BCA: 7.72.

hữu xuất chúng và tu học uyên bác, vốn là nhân cho chánh niệm mạnh mẽ này. Liên quan đến ý đó, *Nhập Bồ-đề Hành Luận* dạy rằng:[1]

"Trong mọi tình cảnh thế này
Ta sẽ thực hành ngay chánh niệm",
Mong gặp thầy bằng động cơ đó
Và tham gia các hành động hợp thời. [446]

Tóm lại, quý vị phải tu học và phân định kỹ điều nào mà việc tu tập Bồ-tát đòi hỏi quý vị tiếp thu và điều nào loại bỏ, rồi kiên trì giữ chánh niệm liên tục trong việc thực hành tất cả các hạnh kiểm về điều mà quý đã hiểu việc được tiếp thu và việc loại bỏ. Do đó, không phạm sai lầm về đối tượng quý vị cần trì giữ đến là cực kỳ quan trọng.

(d") Cách thức vận dụng tinh tấn để đưa thân và tâm vào trạng thái hoạt dụng {trạng thái hoạt động tốt và hiệu quả}

Phương pháp vận dụng tinh tấn để chuyển hóa thân tâm vào trạng thái hoạt dụng là năng lực của sự thành thạo. Trong chương "Cẩn Trọng"[2] trong *Nhập Bồ-đề Hành Luận*, ngài Tịch Thiên đã đề cập đến sự cần thiết phải tu học Bồ-tát; những hậu quả cực kỳ nghiêm trọng nếu quý vị không tu tập các pháp này sau khi quý vị đã phát nguyện sẽ thực hành; cách thức xem các phiền não như kẻ thù và những phương cách phát khởi dũng khí xem gian khổ của việc chiến đấu với phiền não như một món trang sức hơn là một gánh nặng. Hãy quán chiếu những điều này

---

[1]BA339 BCA: 7.73.

[2]Tức là chương 5. Tác phẩm này đã được dịch Việt bởi nhiều tác giả. Theo bản dịch của Thích Trí Siêu thì chương này được đặt tên là "Giữ Gìn Tâm Ý". *Bồ-tát Hạnh*. Chương 5. Thích Trí Siêu dịch Việt. Truy cập 12/04/2011. <http://www.bodetam.org/Vietnamese/BoDeTamLuan/BoTatHanh-TriSieu/BoTatHanh00.htm>.

trước khi nhận trách nhiệm tu tập các hành vi Bồ-tát. Do đó, ngưng tất cả những trở ngại ngăn chặn quý vị dùng thân và tâm vào các hoạt động thiện đức, hoan hỷ vươn lên để đảm đương trách nhiệm này. *Nhập Bồ-đề Hành Luận* dạy rằng:[1]

Để có được sức mạnh
Cho mọi việc trên đời
Trước khi xúc tiến nó
Ta sẽ nhớ lời khuyên
Về giữ gìn tâm ý
Và hoan hỷ khởi hoạt

Vấn: Sự tinh tấn do những nỗ lực như vậy sẽ tạo ra sắc thái như thế nào?

Đáp: Cũng như ngọn gió thổi mảnh hoa gòn qua lại, thì một năng lực hoan hỷ vốn đã gây hưng phấn cho thiện đức kiểm soát thân và tâm quý vị. Khi quý vị hành động với năng lực này thì tinh tấn được thiết lập vững chắc. Một khi quý vị đã làm được việc này, quý vị sẽ dễ dàng thành tựu các tích lũy {hai tư lương}. *Nhập Bồ-đề Hành Luận* dạy rằng:[2]

Chỉ như các hoa gòn
Dưới sức mạnh của gió
Đưa đẩy đến và đi
Nên ta sẽ hăng hái
Theo cách như thế này
Ta hoàn thành tất cả

---

[1]BA340 BCA: 7.74.
[2]BA341 BCA: 7.75

Mặc dù những công việc này là khó khăn, thì bỏ cuộc là điều sai trái. Đúng hơn, như đã đề cập *Nhất Bách Ngũ Thập kệ Tụng* của ngài tôn giả Mẫu Hầu, quý vị phải nỗ lực:[1]

> "Trạng thái tối thượng, vốn khó đạt
> Không thể thành công không có khó".
> Biết thế, ngươi tinh tấn dõng mãnh
> Không để tâm mình đến bản thân. [447]

(d') Cách tu tập

Quý vị phải tu tập mọi loại tinh tấn bất kỳ kết hợp với sáu phạm trù tối thượng và tất cả sáu Ba-la-mật-đa. Sự rộng lượng về tinh tấn đang là việc xác lập cho tha nhân trong tinh tấn sau khi quý vị đã ổn định được chính mình. Các Ba-la-mật-đa còn lại cũng tương hợp với phần giảng giải trước đây.[2]

(e') Tóm tắt

Việc ghi nhớ và nuôi dưỡng tâm giác ngộ – nền tảng của các Bồ-tát hành – gây cảm hứng cho quý vị tu tập để đặt tất cả chúng sinh vào trong tinh tấn. Do đó, hãy vững vàng phát triển Bồ-đề tâm {tâm giác ngộ} này, rồi khởi ước nguyện và tu tập theo những phương tiện về tinh tấn dành cho người có trình độ cao. Lại nữa, hãy nỗ lực tối đa như là quý vị có thể làm được trong các phương pháp tu tập tinh tấn của một Bồ-tát mới bắt đầu. Cụ thể là hãy ngăn chặn có hiệu quả các hình thức nản chí khác nhau, chúng có thể chỉ bị loại trừ một cách độc nhất bởi tinh tấn. Trong ý nghĩ, hãy mặc áo giáp tinh tấn, đó là sự hăng hái về các điều sau: mục đích của giác ngộ, mục tiêu viên mãn hạnh phúc và loại bỏ khổ đau cho mọi chúng sinh, giai đoạn tu tập rất lâu dài, tích lũy vô lượng và các gian khó bất khả tư lường. Hãy nỗ lực cho thái độ này bởi vì, như *Đồng Tử Vấn*

---

[1]BA342 *Śata-pañcāśataka-nāma-stotra*: 2.20; D1147; Bailey 1951: 49.
[2]BA343 LRCM: 371.13.

Kinh đã dạy, chỉ qua việc khởi phát mạnh mẽ dấy lên một quyết tâm như thế, thì quý vị có thể tích lũy được một đợt sóng công đức to tát. Nếu quý vị không làm điều này thì quý vị thất bại trong việc bảo lưu truyền thống Đại thừa của mình và cũng sẽ thường xuyên bị ô nhiễm bởi nhiều hành động sai trái. Rồi cũng như trong các kiếp khác, quý vị sẽ thấy rằng việc tu học Bồ-tát hành là rất khó. Lại nữa, sau khi quý vị đã nhận biết được những điều như vậy, ngay cả nếu quý vị không tu tập toàn hảo, hãy tự thúc đẩy mình theo hướng đó. Sau đó, nếu quý vị tinh tấn theo hết khả năng của mình, thì như *Đồng Tử Vấn Kinh* đã dạy, quý vị sẽ nhanh chóng thành tựu tinh tấn trong những đời sau với ít khó khăn và không khổ đau.

Chương 14: Thiền Định và Trí Huệ

(v) Cách thức rèn luyện thiền định Ba-la-mật-đa
(a') Sự ổn định từ thiền {an định thiền} là gì?
(b') Cách bắt đầu tu tập thiền định
(c') Phân loại thiền định
(d') Cách thức tu tập
(e') Tổng kết
(vi) Cách thức rèn luyện trí huệ Ba-la-mật-đa
(a') Trí huệ là gì?
(b') Làm thế nào để khởi phát trí huệ
(c') Phân loại trí huệ
(1') Trí huệ hiểu biết chân đế {tối hậu}
(2') Trí huệ hiểu biết tục đế {tương đối}
(3') Trí huệ hiểu biết cách hành động vì lợi lạc chúng sinh
(d') Cách thức tu tập
(e') Tổng kết

ॐ

(v) Cách thức tu tập thiền định Ba-la-mật-đa

Cách thức tu tập thiền định Ba-la-mật-đa có năm nội dung:

1. Sự an định thiền là gì?
2. Cách bắt đầu nuôi dưỡng định lực từ thiền
3. Phân loại thiền định [448]
4. Cách tu tập
5. Tổng kết

(a') Sự an định thiền[1] là gì?

[1]Trong thiền Phật giáo có ba thể loại chính là: (1) thiền để đạt một định lực cao (thường gọi thiền định hay thiền chỉ), (2) thiền để

Bình ổn thiền là một trạng thái thiện đức và nhất tâm vốn giữ cố định {an trụ} vào đối tượng của thiền mà không phân tán sang những sự việc khác[1]. *Bồ-tát Địa* dạy rằng:[2]

> Đó là một trạng thái nhất tâm – bình ổn hóa lên công hạnh, thế tục hoặc siêu việt – của chư Bồ-tát là những người trước tiên đã tu học suy ngẫm về các tạng kinh của các Bồ-tát. Bất kể là nó được định hướng về định từ thiền {thiền định, thiền chỉ} hay về tuệ giác {thiền quán, thiền minh sát} hay về hướng lộ trình kết hợp cả hai, thì hãy hiểu rằng trạng thái nhất tâm này là sự bình ổn thiền của chư Bồ-tát

Và *Nhập Bồ-đề Hành Luận* cũng dạy rằng:[3]

> Sau khi đã phát khởi tinh tấn

---

thấu suốt được bản chất thật của một sự việc tức là đạt đến tuệ giác (thường được gọi tên là thiền phân tích, thiền quán, hay thiền minh sát) và loại thứ ba (3) là thiền để rèn luyện cả định lực lẫn tuệ giác song song. Trong nguyên bản, thuật ngữ được dùng là "meditative stabilization" nhấn mạnh sự bình ổn hóa tâm thức từ việc thiền và không nói rõ là loại thiền nào. Đối với các mức thiền khác với thiền định thì hành giả hoặc đã đạt được định lực đủ mạnh từ các rèn luyện trong thiền định từ trước đó, hoặc đang nuôi dưỡng song song định lực cùng với trí huệ. Từ đây, chúng ta sẽ dùng thuật ngữ bình ổn thiền (hay an định thiền, ổn định thiền) để chỉ tu tập thiền nhằm tăng trưởng về định lực nhưng có thể không xác định rõ là thiền chỉ hay thiền kết hợp.

[1]Theo giải thích của Ngài Sopa thì tổ Vô Trước giải thích trong *Bồ-tát Địa* rằng để tập trung nhất tâm được lên một đối tượng chúng ta cần biết đối tượng đó một cách tỉ mỉ. Việc biết các đối tượng tiếp cận trong Bồ-tát đạo đòi hỏi việc tu học các kinh điển và lắng nghe các giảng giải về chúng. *Steps on the Path to Enlightenment*. Lhundub Sopa. Vol3. P480. Wisdom. 2008.

[2]BA344 Bbh, Wogihara 1971: 206-207; D4037: Wi lllal-3.

[3]BA345 BCA: 8.1ab.

Hãy đặt tâm ngươi vào sự tập trung thiền.

(b') Cách bắt đầu tu tập bình ổn hóa thiền

Hãy suy nghĩ về những lợi ích của việc tu tập bình ổn thiền và các khuyết điểm của việc không tu tập nó. Ta sẽ giải thích điều này trong phần định từ thiền.[1]

(c') Phân loại Bình ổn thiền

Phù hợp với đoạn trích dẫn trên đây [từ *Bồ-tát Địa*], nếu quý vị phân chia bình ổn thiền căn cứ vào bản chất thì có hai loại: thế tục và siêu thế tục và nếu quý vị phân loại căn cứ theo khuynh hướng thì có ba loại [định hướng về thiền chỉ, định hướng về thiền quán hay loại kết hợp cả hai]. Nếu quý vị phân loại theo chức năng thì có ba loại: loại an định thiền để bình ổn thân và tâm trong sự hỷ lạc nội trong kiếp sống này, loại an định thiền {để} thành tựu các phẩm tính tốt và loại an định thiền để thực hiện lợi ích của chúng sinh. Loại thứ nhất, tức loại an định thiền thân và tâm trong sự hỷ lạc trong kiếp sống này, là tất cả các loại bình ổn thiền tạo ra sự nhu hoạt {khinh an}[2] khi quý vị nhập thiền với sự cân bằng[3]. Loại thứ hai, bình ổn thiền để thành tựu

---

[1]BA346 LRCM: 468ff; *Đại Pháp* 3, Phần Một.

[2]Trạng thái *nhu hoạt* là trạng trạng thái mà thân và tâm trở nên hoạt dụng; tùy theo mức độ đạt đến, trong trạng thái đó có thể bao gồm (1) sự khả dụng của tâm tức là khả năng trở nên linh hoạt của tâm có thể cài đặt lên mục đích thiện đức bất kỳ mà không bị trở ngại tinh thần nào, các trạng thái thô lậu khác của tâm đã bị loại trừ; (2) sự khả dụng về thể chất tức là thân thể có thể được sử dụng cho mục tiêu mong muốn thiện đức bất kỳ mà không bị cảm giác khó khăn, lúc này hành giả không còn các cảm xúc thô lậu nữa và cảm xúc về thân thể trở nên nhẹ êm mềm mại (cảm giác khinh an). *Meditative States in Tibetan Buddhism*. Lati Rinbochay. P69-70. Wisdom. 1983.

[3]Trạng thái cân bằng trong thiền là trạng thái của tâm thức khi đang nhập thiền mà hành giả không còn bị chao động bởi trạo cữ (phân tâm) hay bị mất tập trung bởi hôn trầm (buồn ngủ hay mất tỉnh

các phẩm tính tốt, là tất cả các an định thiền vốn hoàn thành các phẩm tính tốt đẹp có được ở các vị Thanh Văn – bao gồm các tri kiến siêu việt, các giải thoát, các viên dung, các thần thông vv.... Loại thứ ba, an định thiền vốn để tiến hành lợi ích cho các chúng sinh, là bình ổn thiền vốn để hoàn tất mười một hoạt động cho lợi ích của tha nhân.

(d') Cách tu tập

Khi quý vị tu tập bất kỳ loại thiền định công hạnh nào, hãy tu tập kết hợp với sáu phạm trù tối thượng và sáu Ba-la-mật-đa. Bố thí trong bình ổn thiền duy trì sự bình ổn thiền cho chính quý vị và sau đó xác lập các tha nhân trong đó. [449] Hãy hiểu các Ba-la-mật-đa còn lại như đã giảng giải ở phần trên.[1]

(e') Tổng kết

Việc ghi nhớ và nuôi dưỡng tâm Bồ-đề – nền tảng của Bồ-tát hành – là điều tạo hứng khởi cho quý vị tu tập để đặt tất cả chúng sinh trong thiền định không cấu nhiễm. Sau khi quý vị đã tăng cường sự ổn định của tâm giác ngộ này, hãy ước nguyện đến các bình ổn thiền cao và tu tập trong đó. Ngay cả khi quý vị không thể hoàn toàn phát triển sự bình ổn thiền, quý vị phải nỗ lực thường xuyên thực hành tập trung nhất tâm trong chừng mực mà quý vị có thể làm. Vì nếu quý vị không làm như vậy, quý vị sẽ liên tục bị ô nhiễm do phạm giới và trong những kiếp sau quý vị cũng sẽ rất khó khăn để học tập các rèn luyện cho việc bước vào nhiều cánh cửa của các bình ổn thiền của chư Bồ-tát. Nếu quý vị không bao giờ bỏ rơi nỗ lực của mình, thì ngay cả trong kiếp này tâm thức quý vị sẽ trở nên từng bước bớt phân tán,

---

táo, mơ hồ). Đây là một trạng thái cân bằng động vì tâm thức hành giả vẫn sáng suốt linh hoạt trong khi thiền. Trạng thái này sẽ được giải thích chi tiết trong quyển ba. Chương 1 và các chương sau đó. *Steps on the Path to Enlightenment*. Lhundub Sopa. Vol3. P484. Wisdom. 2008.

[1]BA347 LRCM: 371.13.

khiến cho việc tích lũy công đức thật sự mạnh mẽ. Trong các đời sau, như dạy trong *Đồng Tử Vấn Kinh*, quý vị sẽ có một sự an lạc thể chất và tinh thần và một tâm thức hoan hỷ, từ đó dễ dàng hoàn tất thiền định Ba-la-mật-đa.

Ở đây, ta sẽ không nói thêm về phần này vì ta sẽ giảng giải nội dung này một cách kỹ lưỡng trong phần định từ thiền.

(vi) Cách thức rèn luyện trí huệ Ba-la-mật-đa

Cách thức rèn luyện trí huệ Ba-la-mật-đa có năm nội dung:

1. Trí huệ là gì?
2. Làm thế nào để phát khởi trí huệ
3. Phân loại trí huệ
4. Cách thức tu tập
5. Tổng kết

(a') Trí huệ là gì?

Một cách tổng quát, trí huệ là sự phân biệt một cách thấu suốt trạng thái bản thể của đối tượng đang được phân tích {quán chiếu}, nhưng trong nội hàm này, trí huệ chỉ sự thành thạo trong năm đề tài tri thức và các thứ liên quan. *Bồ-tát Địa* dạy rằng:[1]

> Hãy biết rằng trí huệ của chư Bồ-tát là sự phân tích xuyên suốt về các hiện tượng {các pháp} vốn đang xúc tiến hoặc được xúc tiến lên tất cả các điều muốn biết và {sự phân tích này} vốn vận hành thông qua việc tập trung vào năm đề tài của tri kiến – bao gồm Phật học, ngữ pháp, luận lý học, các công nghệ và y học.[2] [450]

---

[1]BA348 Bbh, Wogihara 1971: 210; D4037: Wi 113a6-7.

[2]Cùng một trích dẫn, nhưng theo cách chuyển dịch của Ngài Sopa, đoạn văn này được diễn ý rõ hơn thành: *Hãy biết rằng bản chất về trí huệ của chư Bồ-tát là việc thấu hiểu tất cả các pháp – tức là các đối tượng của tri thức mà hành giả lĩnh hội cũng như là các đối tượng của tri thức mà hành giả đã nắm bắt – thông qua một sự*

Ở đây, trí huệ vốn ”đang xúc tiến” là trí huệ trước khi thành tựu các địa {cấp độ} Bồ-tát; trí huệ ”đã xúc tiến” chỉ trí huệ sau khi thành tựu các địa Bồ-tát đó.[1]

(b’) Làm thế nào để khởi sự việc phát sinh trí huệ

Cách thức khởi sự việc phát sinh trí huệ là quán chiếu các lợi ích của việc làm trí huệ phát sinh và những khiếm khuyết do không thực hiện việc này. Vì tôi sẽ giảng giải các lợi ích và các sai sót về việc hay thiếu trí huệ về thực tại – tức vô ngã – trong phần tuệ giác, tôi sẽ không đi vào chi tiết ở đây.[2] Nhưng tôi sẽ nói một ít về các loại trí huệ còn lại.

Liên quan đến việc biểu thị các lợi ích của trí huệ, trí huệ là gốc rễ của tất cả các phẩm tính tốt trong kiếp này và các kiếp sau. Như trong *Bát-nhã Nhất Bách Luận Tụng*, hộ pháp Long Thọ đã dạy:[3]

> Trí huệ là gốc rễ mọi thiện đức
> Đã thấy được hoặc chưa nhìn thấy được.
> Để thành tựu cho cả hai thứ này
> Hãy nắm chặt lấy trí huệ.
>
> Nguồn gốc to lớn của điều ngươi tìm

---

phân tích toàn diện về năm đề tài của tri thức gồm Phật học, luận lý học, y học, ngôn ngữ học và công nghệ. *Steps on the Path to Enlightenment*. Lhundub Sopa. Vol3. P484. Wisdom. 2008.

[1]Theo giải thích của Ngài Sopa, thì đại sư Vô Trước phân biệt thành hai dạng tri kiến tương ứng là với tri kiến của các Bồ-tát chưa trực chứng tính Không và tri kiến của các Bồ-tát đã trực ngộ được thực tại tối hậu. *Steps on the Path to Enlightenment*. Lhundub Sopa. Vol3. P484. Wisdom. 2008.

[2]BA349 LRCM: 564ff; *Đại Pháp* 3, Phần Hai.

[3]BA350 *Prajñā-śataka-nāma-prakaraṇa* D4328: No 99b6-7.

Và cho giải thoát đó là tri thức.
Nên, hãy quý trọng nó ngay từ đầu,
Bám sát trí huệ, người mẹ vĩ đại.

Như *Bảo Công Đức Bát Thiên Kệ* đã dạy, trí huệ đóng vai trò như con mắt hướng dẫn năm Ba-la-mật-đa khác, như hạnh bố thí vv...[1].

Khi các Ba-la-mật-đa khác được bổ túc bởi trí huệ
Chúng có thêm mắt và viên thành tên gọi [của chúng]
Cũng giống như bức tranh sẽ hoàn thành ngoại trừ đôi mắt
Nhưng thù lao sẽ không có cho đến khi đôi mắt được vẽ xong.

Sự cần thiết của trí huệ cho các phẩm tính tốt khác có thể được minh họa qua ví dụ một món châu báu đặc biệt bằng vàng ròng sẽ trở nên quyến rũ hơn nếu được điểm tô với một viên ngọc lục bảo quý giá. Cũng như vậy, nếu món trang sức bằng vàng của năm Ba-la-mật-đa từ bố thí đến thiền định được điểm tô bằng trí huệ, vốn có thể phân biệt được đúng và sai thì nó sẽ trở nên tuyệt diệu hơn bởi vì trí huệ sẽ làm cho chúng trở nên thuần khiết hơn. Điều này tương tự cách mà ý thức, qua việc phân biệt các công đức và sai lạc từ các đối tượng của năm giác quan (mắt, tai vv...)[2], khiến cho quý vị xúc tiến điều cần tiếp thu và

---

[1]BA351 *Ratna-guṇa-sañcaya-gāthā* {tên đầy đủ *Ārya-prajñāpāramitā-ratnaguṇa-sañcaya-gāthā – Bát-nhã Ba-la-mật-đa Bảo Công Đức Bát Thiên Kệ*} 7.2; D13: Ka 6a5-6.

[2]Năm giác quan (còn được gọi là ngũ căn) bao gồm mắt, tai, mũi, lưỡi, và thân (hay các danh từ Hán-việt tương ứng là nhãn, nhĩ, tỉ, thiệt và thân) tương ứng với các giác quan này sẽ là các đối tượng mà chúng thụ cảm là hình ảnh, âm thanh, mùi, vị, và tiếp xúc (hay sắc, thanh, hương, vị, xúc).

loại trừ điều cần loại bỏ. Đây là điều đã được giảng giải trong *Ba-la-mật-đa Tập Luận* của tôn giả Thánh Dũng[1].

Công đức của bố thí và vv...
Mạnh mẽ hơn khi có trí huệ làm chủ
Cũng giống như những châu báu vàng ròng
Rực rỡ hơn nếu được cẩn thêm ngọc quý.

Chính trí huệ này làm cho quảng đại
Khả năng thiện đức vì mục đích của từng người
Như năng lực cộng thêm của tâm thức hiển bày
Các đối tượng tương ứng của các giác quan.

Tương tự vậy, trí huệ cũng đóng vai trò tối yếu đối với các phẩm tính cơ sở khác, như tín tâm và vv....[2] Khi trí huệ hiện diện trong vai trò thủ lĩnh, thì các phẩm tính bố thí[3], tín tâm và vv... của quý vị hiểu rõ được công đức của phẩm hạnh và khiếm khuyết của tính bủn xỉn vv... và do đó, quý vị sẽ trở nên thiện xảo trong việc đoạn trừ phiền não và tăng trưởng phẩm tính tốt. *Ba-la-mật-đa Tập Luận* dạy rằng:[4]

Trong số các căn, như tín tâm chẳng hạn
trí huệ làm chủ, như tâm thức với các căn

---

[1]BA352 PS: 6.1-2; D3944: Khi 231b5-6..

[2]Các phẩm tính này bao gồm tín tâm, tinh tấn, chánh niệm hay toàn tâm, định lực và tuệ giác còn được gọi cùng tên là ngũ căn một thành phần của 37 phẩm trợ đạo (gồm Tứ niệm xứ, Tứ chánh cần, Tứ Pháp như ý túc, Ngũ Căn, Ngũ Lực, Thất giác chi và Bát chánh đạo). *Steps on the Path to Enlightenment*. Lhundub Sopa. Vol3. P493. Wisdom. 2008.

[3]Ngài Tsongkhapa chỉ viết phẩm tính đầu là *bố thí* và các phần tiếp theo được hiểu ngầm do chữ "vv..." tức là các phẩm tính Ba-la-mật-đa còn lại; tương tự cho trường hợp của thuật ngữ *tín tâm*.

[4]BA353 PS: 6.4; D3944: Khi 231b7.

Với trí huệ làm chủ, ngươi phân biệt lỗi lầm và công đức
Nên, ngươi thiện xảo trong đoạn trừ phiền não.

Chư Bồ-tát dựa vào trí huệ để tịnh hóa năm Ba-la-mật-đa còn lại, là bố thí và vv.... Ngay cả khi các ngài bố thí thịt da cho người cầu thí, các ngài không bị ảnh hưởng bởi các tư tưởng như tự hào, nản chí vv.... Điều này như thể các ngài xẻo một lát từ một cây thuốc. Đó là bởi vì trí huệ của các ngài khiến cho thực tại hiển lộ. Với trí huệ thấy rõ cả những phiền hà của luân hồi lẫn sự an lạc của niết-bàn, các ngài thành tựu trì giới vì sự lợi lạc của người khác, nên các ngài hành trì giới luật thanh tịnh. Qua trí huệ, các ngài biết được các khiếm khuyết của sự thiếu nhẫn nhục và công đức của hạnh nhẫn nhục rồi điều phục tâm thức mình sao cho chúng không bị chế ngự bởi khổ đau và cảm nhận sai lạc của người khác về các ngài. Qua trí huệ, các ngài hiểu tường tận mọi việc mà bởi đó các ngài tinh tấn; cho nên, sự tinh tấn của các ngài mang lại đại thành tựu trên đường tu. Và thông qua trí huệ dựa vào suy lý, các ngài thành tựu được niềm hỷ lạc tối thượng trong bình ổn thiền, vốn trụ vào ý nghĩa của thực tại. [452] *Ba-la-mật-đa Tập Luận* dạy rằng:[1]

Một khi chư Bồ-tát đã khai mở tuệ nhãn tỏ tường
Ngay cả khi họ thí nhục thân không hề nghĩ ngợi
Họ chẳng bao giờ tự hào hay nản chí
Tựa như cắt đi một cây thuốc mà thôi.

Lại nữa:

Bậc trí giả không hành trì giới luật vì mục đích cho mình
Họ thấy các sai sót trong ngục tù của sinh tử luân hồi
Và ước nguyện giải thoát cho toàn thể chúng sinh

[1] BA354 PS: 6.6,6.12, 6.14-15ab, 6.17; D3944: Khi 232al, 232a5-6, 232a6-7, 232bl-2.

Nên dĩ nhiên là họ không hành động vì mục tiêu thế tục.

Lại nữa:

Vết thương gây ra cho bậc hiền trí không hề hấn
Bởi vì họ có hảo tính của nhẫn nhục
Như con voi thuần hóa nhất trong đàn voi
Vốn nhẫn nhục với nhiều nhiệm vụ khác.

Nhẫn nhục riêng mình nó, sẽ kết thúc trong cạn kiệt
Nếu được nương bởi trí huệ, lại thành tựu đại mục tiêu

Lại nữa:

Làm sao niềm hỷ lạc tối cao của các ổn định thiền như thế
Lại có thể được an lập trong tâm thức những người lỗ mãng
Vốn dựa vào lý lẽ đã dẫn dắt họ đến với con đường sai lạc
Vốn bị ô nhiễm bởi sự khiếm khuyết lớn lao các lỗi lầm tích lũy.

Hai phẩm tính tốt dường như loại trừ lẫn nhau lại chứng tỏ không hề mâu thuẫn đối với những người có trí huệ. Khi chư Bồ-tát trở thành pháp vương vũ trụ với quyền lực chi phối toàn bộ thế giới thì các ngài vẫn không bị kiểm soát bởi các đối tượng của các giác quan. Đây là năng lực của việc có trí huệ như là một vị thượng thư. Tương tự, tình yêu thương của chư Bồ-tát dõi nhìn chúng sinh với sự trìu mến thì mãnh liệt nhưng lại không bị chút bám luyến nào trộn lẫn; mặc dù các ngài có lòng bi mẫn bền vững và rất mạnh mẽ, không thể chịu nổi cảnh chúng sinh bị khổ đau, các ngài không lười nhác bị lấn lướt với tuyệt vọng và bởi đó, đánh mất nhiệt tâm đối với thiện hạnh; các ngài có niềm hỷ lạc không thể đo lường, nhưng tâm thức các ngài thoát khỏi sự thiếu ổn định, vốn sẽ làm các ngài phân tán khỏi sự tập trung của mình; và các ngài thường xuyên sở hữu lòng bình đẳng bao la nhưng không hề bỏ qua, dù trong chốc lát, lợi

lạc của tất cả chúng sinh. Trí huệ đã làm nên tất cả những điều này bởi vì nó là thứ tháo dỡ các chướng ngại để thành tựu một sức mạnh cân bằng trong các phẩm tính tốt lành này. *Ba-la-mật-đa Tập Luận* dạy rằng:[1]

> Ngay cả chư Bồ-tát cai quản nhiều đại vương quốc,
> Có các đối tượng của giác quan tựa của thánh thần,
> Vẫn giữ lại bản chất không hoen ố.[453]
> Đây là năng lực có trí huệ như một thượng thư.
>
> Tình thương của các ngài, bất khả phân với việc giúp tha nhân
> Một cách tối hậu không ô nhiễm do tham chấp.
> Bi mẫn của các ngài, không cầm lòng trước khổ đau của người khác
> Chẳng chịu thua là lười nhác do gánh nặng của tuyệt vọng.
>
> Có hỷ lạc tối thượng, các ngài không xa rời thực tại.
> Lòng bình đẳng bao la chẳng bao giờ xem nhẹ lợi lạc của chúng sinh.
> Đại trí huệ loại trừ tất cả những gì chống lại
> Những phẩm tính tốt này và như vậy, làm cho chúng đẹp hơn.

Tán Tụng Vinh Danh Thế Tôn của ngài Mātṛceṭa {tên dịch nghĩa: Mẫu Hầu} cũng dạy rằng:[2]

> Chẳng hề loại bỏ thật tánh
> Ngài cũng hòa theo cùng {sự tồn tại} ước lệ[3].

---

[1]BA355 PS: 6.43-45; D3944: Khi 233b5-7.

[2]BA356 *Varṇā-varṇe-bhagavato-buddhasya-stotre-śākya-stava* {*Tán Tụng Vinh Danh Thế Tôn*} 5.23a-b; Hartmarm, 1987:184.

[3]Ở đây ngài Tsongkhapa nói về Nhị Đế (hai chân lý) bao gồm chân lý có tính ước lệ, {thường tục hay tương đối} (Tục đế) và chân lý tối

Do đó, quý vị không cần phải từ bỏ thực tánh vốn chứng tỏ sự xác thực to tát rằng thậm chí chẳng có đến một hạt tử của điều mà các tiến trình suy tưởng của quý vị nắm bắt như là các biểu tướng của sự tồn tại thực sự. Và quý vị cũng tương hợp và không mâu thuẫn với ước lệ, vốn cho một xác quyết sâu xa rằng các hậu quả phát khởi từ các duyên và nhân bên trong và bên ngoài tương ứng của chúng. Đối với người khác, những điều này trông có vẻ loại trừ lẫn nhau hoàn toàn nhưng đối với những người có trí huệ, có sự tương hợp và thiếu vắng tính mâu thuẫn.

Tán Tụng Vinh Danh Thế Tôn dạy rằng:[1]

> Về những điều bị loại trừ và cấm kỵ của ngài
> Một số ngôn từ là liễu nghĩa

---

hậu hay tuyệt đối {hay tối hậu} vốn là thực tánh của các pháp (Chân đế) và dường như với kẻ phàm thì Tục đế và Chân đế là mâu thuẫn nhau. Chân lý tối hậu là các pháp đều thiếu vắng sự tồn tại tự tính. Dưới quan điểm tối hậu thì sự vật đều chỉ được quy gán, chúng chỉ tồn tại tùy thuộc vào sự định danh {do cách đặt tên, cách định nghĩa, cách phân biệt với các vật khác hay cách đặt thành khái niệm về sự vật đó}. Chân lý ước lệ là cách thức mà sự vật trình hiện ra trước tâm thức người thường. Sự vật như tồn tại thật sự, có đối tượng có chủ thể, có nhân có quả, tốt xấu và chúng dường như tồn tại thật sự và tách biệt. Cái nhìn này dường như mâu thuẫn với Chân đế thiếu vắng thật tính hay tự tính. Đối với một thiền giả trực tiếp giác ngộ tính Không thì mâu thuẫn này hoàn toàn được giải quyết. Không có một cơ sở bên trong hay bên ngoài nào tồn tại tự tính, tối hậu hay độc lập. Trong cùng lúc chúng ta chấp nhận luật duyên khởi – tức là một nguyên nhân đặc thù sản sinh một hậu quả riêng rẽ. với trí huệ, không cần phải quay lưng với Chân đế để tiếp nhận Tục đế. Họ thấu hiểu bản chất ảo tưởng của các pháp và của luật nhân quả. *Steps on the Path to Enlightenment*. Lhundub Sopa. Vol3. P499-500. Wisdom. 2008.

[1]BA357 Ibid.: 5.7.

Một số lời dạy khác thì không,
Nhưng giữa chúng, chẳng hề có mâu thuẫn.

Hai dữ kiện – rằng có nhiều dị biệt trong các điều bị loại trừ và kiêng cấm giữa các thừa thấp và thừa cao và giữa kinh điển và Mật điển, và rằng chúng là tất cả các pháp tu tập của một người duy nhất – là mâu thuẫn đối với những người đang bối rối và thiếu sức mạnh của trí tuệ để tìm ra chủ ý của vô lượng kinh văn. Tuy nhiên, với trí huệ, thiện tri thức biết rằng chúng không loại trừ lẫn nhau.

Có vô số điều mà người thiểu tri xem là có mâu thuẫn với nhau nhưng người thiện tri lại xem là thiếu vắng sự mâu thuẫn – các trình bày về Nhị đế và nhiều tôn chỉ có trong một bản kinh văn lại là các điều cấm kỵ trong các kinh văn khác và ngược lại. Nói rằng trí huệ phân biệt được tính phi mâu thuẫn, ý nghĩa chủ tâm ẩn sau các trình bày đó là lời tán thán vô song về trí huệ.[454] Tóm lại, mọi phẩm tính tốt đều bắt nguồn từ trí huệ. *Ba-la-mật-đa Tập Luận* dạy rằng:[1]

Tuyệt làm sao những pháp tối thắng như thế đến từ trí huệ
Cũng giống như mẹ hiền yêu mến con trẻ của mình.

Thập lực của đấng thiện thệ, tối thắng nhất trong các sức mạnh;
Mọi hành động tối thượng, vô song
Và tất cả các huân tập thiện hạnh khác của toàn thể
Đều khởi sinh, dựa trên trí huệ đó làm nhân.

Các công nghệ và kho báu quý nhất trong các cõi
Sự phong phú của việc tu học thiêng liêng tựa con mắt;
Gia hộ, tỉnh thức, minh chú và vv...;

[1]BA358 PS: 6.39cd-42; D3944: Khi 233b3-5.

Các phẩm tính khác nhau của giáo pháp đã tuyên thuyết các điều này;

Thật nhiều cửa đến tự do và giải thoát
Mỗi khía cạnh của đây và đó vốn hữu ích cho các chúng sinh,
Là một năng lực Bồ-tát thực thi những điều to lớn
Đều phát sinh từ năng lực của tuệ giác thâm sâu.

Những khiếm khuyết của việc thiếu trí huệ là như sau. Không có trí huệ, bố thí và các Ba-la-mật-đa khác như thể bị mù lòa. *Bảo Công Đức Bát Thiên Kệ* dạy rằng:[1]

Hàng tỉ kẻ mù không người hướng dẫn
Không biết đường, sao vào được thành đô?
Khi năm Ba-la-mật này thiếu đi trí huệ;
Thiếu dẫn đường, họ khó thể sang bờ giác bên kia.

Hậu quả là bố thí và các Ba-la-mật-đa khác không thể trở nên thanh tịnh và quý vị không thể tìm thấy được chánh kiến. *Ba-la-mật-đa Tập Luận* dạy rằng:[2]

Nếu những mục tiêu đạt thành quả sau cùng mà không trí huệ.
Thì họ không thể tịnh hóa qua bố thí của mình
Đức Phật thuyết: "Bố thí vị tha là đệ nhất bố thí".
Những loại bố thí khác chỉ làm tăng giàu mạnh mà thôi

Lại nữa:

---

[1]BA359 *Ratna-guṇa-sañcaya-gāthā*: 7.1; D13: Ka 6a6 .
[2]BA360 PS: 6.5,6.11,6.13,6.16,6.18ab; D3944: Khi 231b7-232al, 232a4-5,232a6,232bl, 232b2.

Giới luật không thể trở nên thanh tịnh
Trừ phi ánh sáng trí huệ xua tan bóng tối.
Giới luật thiếu trí huệ thì sẽ thường xuyên
Trở nên ô nhiễm bởi phiền não của vô minh.

Lại nữa:

Nếu tâm thức ngươi ô nhiễm do trí thông minh sai lạc
Ngươi không quan tâm đến việc hành trì nhẫn nhục
Ngươi thường không thích cân nhắc công đức và lỗi lầm
Và như một ông vua bất tài lại đang trở thành nổi tiếng.

Lại nữa:

Với người thiện xảo, trí huệ được tán dương nhiều nhất
Không gì khác vi tế và thâm diệu hơn.
Thiếu trí huệ, ngươi không thể thẳng bước trên đường tâm linh
Không bị che mờ bởi sai lạc của dục vọng

Lại nữa:

Không hành trì tinh tấn theo các phương tiện trí huệ
Tri kiến ngươi sẽ không trở nên thanh tịnh.

Ở đây, "ông vua bất tài lại đang trở thành nổi tiếng" là vì vua không xứng đáng có danh chỉ một lần rồi suy thoái.

Quý vị không thể xua đi bóng tối về sự mơ hồ của ảo tưởng chừng nào mà đại quang trí huệ chưa sáng chói nhưng khi nó đã sáng rực rỡ thì quý vị xua tan bóng tối, cho nên, quý vị phải nỗ

lực để phát khởi trí huệ bằng tất cả năng lực và dũng khí mà quý vị có. *Ba-la-mật-đa Tập Luận* dạy rằng:[1]

Như những tia sáng bình minh của vầng dương rực rỡ
Năng lực khổng lồ của ánh sáng trí huệ phát sinh
Và trong tâm thức chúng sinh mọi bóng tối ẩn tàng
Bị xua tan, chỉ còn danh định rơi lại phía sau.

Lại nữa:

Do đó, với tất cả năng lực mà ngươi bố trí
Hãy chuyên cần với các phương tiện phát sinh trí huệ thế kia

Đâu là các nguyên nhân của sự mơ hồ: các nhân này từ trên bạn xấu, giải đãi, biếng lười, ngủ quá, không thích thú trong phân tích và phân biệt, thiếu quan tâm đến sự đa dạng lớn lao của các pháp, ngã mạn với ý nghĩ ”ta biết” trong khi quý vị không biết, các quan điểm sai trái quan trọng, sự nản chí với ý nghĩ “Một người như ta sẽ không thể làm được điều này”, do đó, không thích dựa vào bậc thiện tri thức. *Ba-la-mật-đa Tập Luận* dạy rằng:[2]

Lười biếng, giải đãi và dựa vào bạn xấu
Để cho ngủ nghê điều ngự, không có trí phân biệt
Không quan tâm đến trí tuệ siêu việt của bậc hiền giả
Học hỏi với ảnh hưởng của lòng kiêu căng giả tạo.

Thiếu tín tâm để dựa vào các học giả
Vì chấp ngã từ các xúc cảm không thỏa đáng
Chất độc mạnh của nhận thức sai lầm vốn là tà kiến
Đây chính là các nguyên nhân của mơ hồ.

---

[1]BA361 PS: 6.25,28cd; D3944: Khi 232b7-233al, 233a2.
[2]BA362 PS: 6.52-53; D3944: Khi 234a4-6.

Do đó, *Ba-la-mật-đa Tập Luận* dạy rằng:[1]

> Hãy phụng sự và tôn kính một đạo sư đáng tin cậy
> Và hãy tu học để thành tựu trí huệ.

Một khi quý vị dựa vào bậc thiện tri thức, quý vị phải tu học theo sức của chính mình bởi vì nếu không, quý vị sẽ không làm phát sinh được trí huệ vốn khởi lên từ sự tu học cũng như là trí huệ vốn khởi lên từ sự quán chiếu, bởi đó, quý vị sẽ không biết thiền tập về cái gì.[456] Và nếu quý vị có tu học, thì quý vị sẽ làm phát sinh trí huệ vốn khởi lên từ sự quán chiếu bằng cách suy ngẫm về ý nghĩa của những điều mà mình đã học, và từ đây, quý vị sẽ thành tựu được trí huệ bao la vốn được khởi lên từ thiền định. Một lần nữa, ngài Thánh Dũng vinh quang đã dạy:[2]

> Tu học ít tựa như mù – ngươi không biết, làm thế nào thiền tập?
> Thiếu tu học, lấy gì quán chiếu?
> Vậy cho nên, từ nguyên nhân việc nỗ lực tu học
> Ngươi thiền định phù hợp với tư duy, và bởi đó, đạt trí huệ bao la.

Tôn giả Di-lặc cũng dạy trong *Đại thừa Tối Thượng Mật điển*:[3]

> Các khái niệm hóa của tam giới
> Được khẳng định là trở ngăn của nhận thức
> Trong khi các khái niệm như tính keo bẩn và tương tự
> Được xác định là các che mờ của phiền não.

---

[1]BA363 PS: 6.47ab; D3944: Khi 234al.
[2]BA364 PS: 6.48; D3944: Khi 234a2.
[3]BA365 RGV: 5.14-15. P5525: 31.4.6-7.

Chỉ riêng trí huệ là nguyên nhân,
Để loại trừ chúng không gì khác,
Vậy nên trí huệ là tối thượng
Nền tảng trí huệ là tu dưỡng
Thế nên tu dưỡng là tối thượng

Tập Bồ-tát Học Luận (*Śiksā-samuccaya-kārikā*) của ngài Tịch Thiên dạy rằng:[1]

Hãy kiên nhẫn và tu tập
Ẩn cư trong rừng sâu,
Rồi tinh tấn cân bằng thiền.

Phần tự luận giải của ngài [*Bồ-tát Học Luận*] dạy rằng:[2]

Thiếu trì nhẫn, ngươi sẽ trở nên nản chí và không thể chịu đựng, nên sự tinh tấn và vv... của ngươi trong tu học sẽ giảm xuống. Và thiếu tu học, thì ngươi sẽ không hiểu hiểu biết về phương tiện cho cả việc bình ổn thiền lẫn việc xua tan phiền não. Do đó, không chút nản chí, hãy tu học.

Nārāyaṇa[3] *Cầu Vấn Vượt Thắng Quân Chân Ngôn* cũng dạy rằng:[1]

---

[1]BA366 *Śiksā-samuccaya-kārikā* {*Tập Bồ-tát Học Luận*} : 22a-c; D3939: Khi 2b4.

[2]BA367 *Śikṣāsamuccaya* {*Bồ-tát Học Luận*} Bendall and Rouse: 179; D3940: Khi 100b3-4.

[3]Từ Nārāyaṇa (phiên âm là Na-la-diên) có nhiều nghĩa, theo kinh văn Bà-la-môn, đây là tên của vị Phạm thiên Vishnu tối cao. Theo nghĩa khác trong Phạn ngữ thì chữ này nghĩa là *Thủy Tạng*, nghĩa khác nữa là *chỗ nghỉ ngơi của tất cả chúng sinh* và cũng có nghĩa là *Chúng sinh tối cao làm nền tảng cho tất cả nam giới*. Xem *Narayana*. Wikipedia. Truy cập 07/12/2011. <http://en.wikipedia.org/wiki/Narayana>.

> Là như vầy, hỡi đệ tử của truyền thừa diệu hảo, nếu ngươi tu học thì trí huệ sẽ đến. Nếu ngươi có được trí huệ thì các phiền não sẽ bị lắng xuống. Nếu ngươi không có phiền não thì các ma chướng[2] sẽ không có cơ hội làm hại ngươi.

Kinh và luận xác lập điều sau đây: những ai mong muốn thực hành giáo pháp một cách đúng đắn cần phải tu học sâu rộng các *kinh* tinh khiết và các *luận* về chúng, là các nguyên nhân vô thượng làm khởi sinh trí huệ vốn hoàn toàn phân biệt được các pháp một cách thấu suốt, vốn là sinh lực thiêng liêng của đạo pháp.[457] Tuy nhiên, việc không thành tựu được trí huệ trong khi nghĩ rằng sự tu học sâu rộng là cần thiết để phát triển trí huệ đơn thuần là sai sót về việc quý vị không nhận thức được tính thiết yếu về thiền quán của trí huệ phân biệt khi mà thời điểm chín muồi cho tu tập, và là lỗi lầm của ý tưởng cho rằng thiền quán là không cần thiết. Do đó, trong số quý vị, nếu có ai muốn điều tốt nhất cho mình thì hãy nên loại bỏ các tin tưởng sai lầm như vậy như là tránh xa thuốc độc vậy. Ngài Nal-jor-chen-bo đã dạy:

---

[1]BA368 *Nārāyaṇa-paripṛcchā-ārya-mahāmayā-vijaya-vāhinī-dhāraṇi* {*Na-la-diên Vấn Đại Thừa Vượt Thắng Quân Chân Ngôn*} D134: Na 92b2.

[2]Theo cách giải thích của Sopa Rinpoche, ngài dùng thuật ngữ *các tội lỗi* (eng. evils) thay vì *các ma chướng* (eng. demons). Theo như cách giải thích này trong số bốn loại ma chướng thì có đến ba loại là ma chướng nội tại. Ba loại ma chướng nội tại được gọi một cách phân biệt thành các tội lỗi bao gồm: (1) ma chướng đầu tiên là các phiền não tinh thần như tham, sân, si, vân vân; (2) sự hoạt hóa của các phiền não này tạo ra nghiệp mà kết quả là ngũ uẩn của thân và tâm, cho nên ma chướng thứ hai là các uẩn; (3) Khi chúng ta ra đời do năng lực của các phiền não đó, nên thân và tâm là nơi chốn của khổ sở, khó khăn, đau đớn và hủy diệt cho nên ma chướng thứ ba là tội lỗi về cái chết. *Steps on the Path to Enlightenment*. Lhundub Sopa. Vol3. P510. Wisdom. 2008.

> Này Jo-wo-pa, để đạt đến trạng thái giác ngộ nhất thiết trí thì bất luận là ngươi có khoe ra hay giấu kín rằng người chỉ tu học với một cẩm nang, thì ngươi sẽ không thể đạt đến đâu nếu thiếu việc học hỏi các kinh sách chất đầy trên lưng con bò yak.

Ngài Pu-chung-wa (Phu-chung-ba) đã để một thánh thư mở bên cạnh chiếc gối nằm của mình và nói:

> Chúng ta phải học các kinh sách, do đó, ngay cả khi ngươi không có cơ hội đọc, hãy ước nguyện là sẽ được đọc tất cả. Nếu có kẻ nói rằng ngươi nên thực hành giáo pháp mà thiếu đi việc hiểu biết về giáo pháp thì ngươi sẽ làm như thế nào.

Ngài Bo-do-wa đã lập lại ba lần với một tăng sĩ của Jen-nga-wa (sPyan-snga-ba), người đang đi theo hộ tống ngài "Ngươi đang hưởng lạc cho chính mình quá mức". Rồi ngài nói tiếp:

> Ngươi đang đi theo thầy ta, ngài giống như bầu trời che phủ mặt đất, cho nên đừng thèm muốn đến các vị đạo sư khác. Bởi vì ngươi không phải đọc các chánh văn, các luận giải của các chánh văn đó và đánh dấu vào các đoạn liên quan, ngươi không có nhiều việc để làm. Ngươi sung sướng vì ngươi chẳng phải lo nghĩ gì đến nhân và quả trong lúc ngươi thực hiện một số hoạt động qua phương tiện của một số mật pháp. Và ngươi có thể nào hài lòng với những chuyện này chăng?

Ngài Sha-ra-wa nói rằng:

> Cho đến khi ngươi thành Phật thì việc tu học của ngươi vẫn chưa kết thúc. Việc tu học kết thúc khi ngươi là một vị Phật.

Ngài Ga-ma-pa (Ka-ma-ba) dạy:

> Một số người nói rằng: ”Nếu các người thực hành giáo pháp thì cần kiến thức để làm gì?” và họ suy thoái đi. Ý kiến này là một hiểm họa thực sự đối với những ai trong chúng ta là những người học hành ít ỏi. Một số khác lại nói: “Nếu các ngươi thực cố gắng thì các ngươi không cần kiến thức”. Điều này rất nguy hiểm. Nếu quý vị đang có một nỗ lực lớn vào vào giáo pháp thì tri thức là cần thiết; bởi vì việc đó không thể nào được hoàn tất trong một kiếp ngắn ngủi, nên chúng ta phải quyết tâm: “Tôi sẽ tu học liên tục qua nhiều kiếp mà không làm gián đoạn chuỗi các cuộc sống có thì giờ và cơ hội”. Một số người nghĩ rằng các thiền giả không cần học hỏi, chỉ những người giảng Pháp mới cần. Nhưng những người giảng Pháp và không tu học đơn thuần có nguy cơ phạm lỗi lầm trong lúc một cách chính xác là thiền giả phải tu học để tránh đi chệch đường tu.

Do đó, quý vị phải xác tín rằng trí huệ và sự tu học – nguyên nhân của trí huệ − là cần thiết cho việc thực hành [giáo pháp] đúng đắn. Hơn nữa, trừ khi quý vị đạt được xác tín về sự cần thiết cho thiền minh sát khi tu tập, thì quý vị sẽ rất khó khăn để tiến lên.

Thậm chí, một số học giả nổi tiếng về kinh điển đã nói rằng: “Hãy hiểu rằng hoặc việc học chỉ là một sự chuẩn bị để tu tập hoặc là một nền tảng hỗ trợ – như ngọn núi đứng sau lưng một thung lũng – chứ không phải là những giáo huấn thực sự. Vì lý do này, ngươi cần tu tập để nhanh chóng đạt Phật quả và việc học để làm lợi lạc cho giáo pháp đức Phật”. Đây là một sự mâu thuẫn vô nghĩa. Chỉ có hai loại giáo Pháp: giáo Pháp theo như kinh điển và giáo Pháp vốn đã được đặt vào trong thực hành; loại giáo pháp đầu làm rõ các thao tác tu tập và loại thứ hai làm nhập tâm tu tập sau khi quý vị đã hiểu rõ các thao tác tu tập. Do đó, thực thi tu tập mà không phạm sai lầm là cách tốt nhất để xiển dương giáo pháp. Hơn nữa, xiển dương giáo pháp một cách

không sai lạc về mặt thực hành phụ thuộc vào việc hiểu biết không sai lạc về giáo pháp kinh văn.

Do đó, quên đi nội dung đã học hỏi vào lúc thực hành là không đúng bởi vì trước hết, quý vị phải biết nhiều giáo pháp rồi sao đó, đặt ý nghĩa đích thực của chúng vào thực hành khi đã đến lúc để tiến hành như thế.

Ngay cả khi vào ban đầu quý vị không hiểu giáo pháp thì cũng đừng nản chí mà hãy nỗ lực tu học theo năng lực trí tuệ của mình, càng khả thi càng tốt, bất kể là học được ít hay nhiều. Đừng tách rời học hỏi và thực hành. Đúng hơn là ngay ở pháp tu mà quý vị thực hành phải đúng chính là điều mà quý vị học hỏi đầu tiên và quán chiếu. Các Bồ-tát mới bắt đầu phải phụ thuộc với một lòng tin chắc chắn vào một phương pháp tu tập duy nhất của lộ trình – tức là một sự thực hành không bị thiên vị hay thành kiến về một phía mà là toàn diện trong mọi khía cạnh của đường tu. Khi năng lực trí tuệ của họ nhỏ yếu thì họ, trong duyên cảnh chính mình, chỉ xúc tiến tiến trình này về việc học hỏi được theo sau bởi sự thực hành. Nếu năng lực trí tuệ của họ mạnh mẽ hoặc dù ban đầu có yếu kém, sau đó do duyên đã trở nên mạnh mẽ, thì họ sẽ vững vàng mở rộng sang giai đoạn của lộ trình mà họ biết việc thực thi trong mối liên hệ đến tất cả các kinh điển và các luận giải tinh khiết của chúng. Họ không cần phải học hỏi gì thêm ngoài các thứ này [459].

Do đó, nếu các giáo huấn là chuẩn xác và toàn diện thì, mặc dù đã được tóm lược, tất cả những điểm then chốt của các lộ trình hiển thừa và mật thừa, của Đại thừa và Tiểu thừa phải được đề cập; một khi chúng đã được diễn giải chi tiết, thì quý vị phải có thể xuyên suốt tất cả các giáo pháp. Cho đến khi quý vị đạt đến điều tương tự như thế này, thật khả dĩ để cảm thấy vui mừng về một số phần tu tập của quý vị, nhưng thật không thể nắm chắc hết về các điểm then chốt trên về sự thực hành của toàn bộ các giáo pháp.

Hậu quả là, hãy dựa vào các đạo hữu và đạo sư xuất chúng. Hãy tạo nên một nền tảng giới luật thanh tịnh mà quý vị sẽ tự mình cam kết. Hãy thường xuyên lắng nghe các giáo huấn, hãy thực hành bốn thời thiền và duy trì đối tượng thiền và các khía cạnh chủ quan của nó. Sau khi quý vị đã chí thành khẩn nguyện chư thiên và các đạo sư, hãy nỗ lực cho tất cả các nguyên nhân của việc tiến hành từ nhiều hướng trong các tích lũy tư lương và trong việc tịnh hóa các chướng ngại. Nếu quý vị thực hiện điều này thì quý vị sẽ đạt chắc chắn một cách sâu sắc rằng các phẩm tính tốt trong tâm thức quý vị sẽ được cải thiện vững vàng. Các bậc tiền bối kiệt xuất đã dạy:

> Hãy làm cho tất cả giáo pháp mà các ngươi đã nghe trước đây được hoàn toàn rõ ràng trong tâm mình. Ngươi phải thường xuyên quán chiếu, đánh giá và cân nhắc về chúng. Nếu ngươi tự để cho mình quên các giáo pháp thì việc học cách ổn định tâm vào một đối tượng thiền sẽ chẳng đem lại được điều gì. Những thiền giả giỏi nhất là những người thầy giỏi nhất. Những thiền giả tầm thường là những người thầy tầm thường. Các ngươi cần tri thức về giáo pháp và về thiền một cách tương xứng mà vốn cả tri thức lẫn giáo pháp tiếp tục ở các cấp độ cao hơn bao giờ hết;
>
> Một khi ngươi đã xác quyết một cách chắc chắn từ các quán chiếu như thế, thì ngươi sẽ không nghe lời các bạn xấu nói: ”Mọi tư tưởng, thiện và bất thiện, đều là các danh định và do đó, phải bị loại bỏ”. Trái lại, quý vị phải nghĩ: “Các giáo pháp không đề cập điều này mà thầy ta cũng chẳng khẳng định nó”. Bằng không, nếu ngươi là người có chút ít tín tâm nhưng chẳng có trí huệ thì ngươi cũng giống như dòng nước từ trên cao chảy xuống đồi – ai dẫn dắt quý vị đi đâu thì quý vị sẽ theo đó, tin theo bất kỳ điều gì được bảo là sự thật, cảm thấy muốn khóc khi thấy người khác khóc, muốn cười khi thấy người khác cười.

(c') Phân loại trí huệ

Phần này có ba nội dung:

1. Trí huệ hiểu biết tối hậu [460]
2. Trí huệ hiểu biết ước lệ
3. Trí huệ hiểu biết cách hành động vì lợi lạc chúng sinh

(1') trí huệ hiểu biết tối hậu

Trí huệ hiểu biết tối hậu {hay chân đế} tri nhận thực tại vô ngã, hoặc qua phương tiện của danh định hoặc theo một dạng thức trực tiếp.

(2') trí huệ hiểu biết ước lệ

Trí huệ hiểu biết ước lệ {hay tục đế} là trí huệ am tường năm lĩnh vực tri thức. *Đại thừa Kinh Trang Nghiêm Luận* dạy rằng:[1]

> Thiếu tinh tấn trong năm lĩnh vực tri thức
> Thì ngay cả bậc siêu phàm không thể đạt toàn trí.
> Cho nên, họ phải nỗ lực về những môn này để phản bác người khác
> Để chăm lo cho tha nhân và để hiểu biết mọi điều.

Các lĩnh vực này được phân biệt theo các loại mục đích khác nhau để theo đuổi. Để bác bỏ những người không tin giáo pháp thì quý vị cần theo học văn phạm và luận lý. Để giúp những ai có tín tâm thì quý vị cần theo học công nghệ và y học. Để đạt được tri thức về tất cả cho mình thì quý vị cần theo học Phật pháp. Để đạt Phật quả thì không có sự phân biệt giữa chúng với nhau; quý vị cần theo đuổi tất cả năm đề tài của tri kiến.

(3') Trí huệ hiểu biết cách hành động vì lợi lạc chúng sinh

[1] BA369 MSA: 9.60; D4020: Phi 15b4-5.

Trí huệ hiểu biết cách hành động vì lợi lạc chúng sinh hiểu biết con đường để hoàn tất một cách không thể chê trách vì lợi lạc của chúng sinh trong kiếp hiện tại và các kiếp sau của họ.

(d') Cách thức tu tập

Khi phát triển ba loại trí huệ này, quý vị phải kết hợp với sáu phạm trù tối thượng và tất cả sáu Ba-la-mật-đa. Bố thí của trí huệ là việc xác lập cho tha nhân trong trí huệ sau khi quý vị đã tự ổn định mình trong trí huệ. Các Ba-la-mật-đa còn lại được trình bày ở phần trên.[1]

(e') Tổng kết

Ngay cả khi quý vị đã có trí huệ nhận thức tánh Không thì điều đó cũng không trở thành Bồ-tát hành nếu không có tâm Bồ-đề {tâm giác ngộ}, cho nên hãy tăng cường một cách vững chãi tâm giác ngộ − nền tảng của những Bồ-tát hành. Kế tiếp, hãy ước nguyện có được trí huệ của những người ở trình độ cao rồi tu dưỡng tâm theo đó. Từ lúc này, quý vị phải nỗ lực khởi sinh ba loại trí huệ − phương tiện để thành tựu việc đại huân tập trí huệ tối thượng vô song – và quý vị phải học hỏi. Bởi vì nếu quý vị không làm điều này, quý vị mâu thuẫn với giới luật căn bản và sẽ bị hủy hoại bởi các sai lạc và các phạm giới; và trong những kiếp sau, quý vị cũng sẽ không ưa thích tu học sâu rộng. Hậu quả là quý vị sẽ không thể học tập các rèn luyện Bồ-tát. [461] Trong khi, nếu quý vị nỗ lực tu tập các phương pháp phát triển trí huệ trong kiếp này, quý vị ngăn ngừa được việc vi phạm về việc không rèn luyện sáu Ba-la-mật-đa như đã phát nguyện, và trong những kiếp sau, như *Đồng tử Vấn kinh* đã dạy, quý vị sẽ có thể dễ dàng thành tựu trí huệ.

Hiện nay, trong sáu Ba-la-mật-đa – là trọng tâm của các lộ trình Hiển thừa và Mật thừa – chỉ tồn tại trong sự đo lường hạn chế

---

[1] BA370 LRCM: 371.13.

các giai đoạn của tu tập về bình ổn thiền, nhưng các giai đoạn tu tập về năm Ba-la-mật-đa còn lại đã biến mất. Do đó, tôi đã giảng giải những điểm mấu chốt một cách vắn tắt và ít ỏi về phương pháp tạo ra tri kiến vững chắc về sự tu tập của năm Ba-la-mật-đa đó. Dưới đây, tôi sẽ giảng dạy một cách chi tiết hai chủ đề lấy từ các bản văn cổ xưa: các giai đoạn về cách tu tập tuệ giác – trí huệ quán sát thực tánh và sự phân hóa của các pháp – và các giai đoạn tu tập định lực từ thiền, vốn là sự bình ổn thiền.

Tất cả chư Bồ-tát sẽ thành Phật đạo đều thực hành như vậy dựa vào sáu Ba-la-mật-đa. *Bồ-tát Địa* nhấn mạnh điều này ở cuối phần thảo luận của từng Ba-la-mật-đa một. Vì thế, sáu Ba-la-mật-đa này được biết đến như là con đường mà chư Bồ-tát trọng quá khứ, hiện tại và tương lai đều đi theo. Và bởi vì sáu Ba-la-mật-đa này là đại dương của mọi thiện hạnh, chúng là sự tóm tắt toàn hảo về các điểm tu tập mấu chốt. *Bồ-tát Địa* dạy rằng:[1]

> Chư Bồ-tát đạt giác ngộ vô thượng, toàn hảo bởi sáu Ba-la-mật-đa này được gọi là một con sông lớn, một đại dương của thiện hạnh; Bố thí và vv... là các nhân quý giá nhất của mọi điều tối thắng cho tất cả các chúng sinh. Do đó, không có gì có thể so sánh được với sự viên mãn bất khả tư lường của các Ba-la-mật-đa về các huân tập công đức và trí huệ siêu việt và về thành quả của giác ngộ toàn hảo vô thượng.[462]

[1]BA371 Bbh, Wogihara 1971: 216; D4037: Wi 115b2-4.

Chương 15: Giúp Người Phát Triển - Bốn Phương Tiện Thu Phục Đệ Tử

(b) Tu tập tứ nhiếp pháp để thu phục đệ tử, giúp người khác trưởng thành

(i) Tứ nhiếp pháp là gì?
(ii) Lý do chúng được ước định là bốn phương pháp
(iii) Các chức năng của Tứ nhiếp pháp
(iv) Việc cần thiết dựa vào Tứ nhiếp pháp của những người thu phục đệ tử
(v) Vài giảng giải chi tiết

(b) Tu tập tứ nhiếp pháp[1] để thu phục môn đồ, giúp người khác trưởng thành

Việc tu tập tứ nhiếp pháp để thu phục đệ tử, giúp người khác trưởng thành có năm nội dung:

1. Tứ nhiếp pháp là gì?
2. Lý do chúng được ước định là bốn phương pháp
3. Chức năng của Tứ nhiếp pháp
4. Cần thiết dựa vào Tứ nhiếp pháp cho những người thu phục môn đệ
5. Một số giảng giải chi tiết

(i) Tứ nhiếp pháp là gì?

---

[1]Tứ Nhiếp Pháp có tên Phạn ngữ là catvāri saṃgraha-vastūni chỉ bốn phương pháp để thu nạp đệ tử (với tên Phạn tương ứng) lần lược là: (1) Bố thí nhiếp (skt. dāna-saṃgraha), (2) Ái ngữ nhiếp (skt. priya-vādita-saṃgraha), (3) Lợi hành nhiếp (skt. artha-caryā-saṃgraha) và (4) Đồng sự nhiếp (skt. samānārthatā-saṃgraha).

(1) Bố thí như đã giảng giải trước đây trong chương nói về bố thí Ba-la-mật-đa;[1] (2) Ái ngữ là việc giảng dạy các pháp Ba-la-mật-đa cho môn đồ; (3) Lợi hành nhiếp là việc sắp xếp cho đệ tử công việc vì các mục tiêu như đã được giảng dạy hoặc dẫn dắt họ đảm đương các mục tiêu này một cách đúng đắn; (4) Đồng sự nhiếp là tự ổn định hóa chính quý vị nhằm mục đích mà quý vị đã xác lập cho tha nhân, và sau đó rèn luyện họ theo những mục tiêu này. *Đại thừa Kinh Trang Nghiêm Luận* dạy rằng:[2]

Bố thí như trước dây; chỉ dạy các Ba-la-mật-đa
Dẫn dắt người khác tham gia, và tự mình tham gia cùng
Lần lượt ta gọi chúng là Ái ngữ nhiếp,
Lợi hành nhiếp và Đồng sự nhiếp.

(ii) Lý do chúng được ước định là bốn phương pháp
Vấn: Vì sao số lượng các phương pháp thu nạp đệ tử đặt thành bốn

Đáp: Nhằm mục đích thu phục môn đồ để xác lập họ trong thiện hạnh, trước hết, họ phải hài lòng. Hơn nữa, điều này lại phụ thuộc vào việc quý vị bố thí tài vật cho họ, đem lợi ích đến cho thân họ. Được chiều lòng như vậy, trước hết họ cần phải biết cách kết nối với đạo pháp. Nghĩa là, bằng cách dùng lời nói dịu dàng để giáng giải giáo Pháp, quý vị có thể khiến cho họ loại bỏ được vô minh và nghi ngờ, và rồi sau đó, khiến họ hiểu rõ các mục tiêu một cách đúng đắn. Một khi họ đã thấu hiểu những điều này, quý vị khiến cho họ hoàn tất thiện hạnh bằng cách làm việc hướng theo các mục tiêu này. Tuy nhiên, nếu bản thân quý vị chưa thành đạt được thiện hạnh thì khi quý vị nói với người khác: ”Các người phải xúc tiến điều này, phải từ bỏ cái kia”, thì họ sẽ trả lời: “Sao ông bảo người khác ‘Hãy hoàn thành mục

---

[1]BA372 LRCM: 364-390.
[2]BA373 MSA: 16.73 ; D4020: Phi 24b6-7.

tiêu này' khi mà bản thân ông vẫn chưa làm được điều đó? Ông vẫn cần người khác sửa sai cho ông". Họ sẽ không lắng nghe những điều mà họ phải tu tập. Nhưng nếu bản thân quý vị đang thực hành tu tập thì họ sẽ nghĩ rằng: "Người này được xác lập trong thiện hạnh để dẫn dắt chúng ta theo đó, nên, dứt khoát là chúng ta sẽ nhận được lợi ích và hạnh phúc nếu chúng ta hoàn tất thiện hạnh này". Sau đó, hoặc là họ sẽ bắt đầu tham gia hoặc (trong trường hợp họ đã tiến hành) họ sẽ không phản bác và trở nên bền vững trong việc tu học. [463] Vì thế, quý vị phải kiên định trong ứng xử của mình. *Đại thừa Kinh Trang Nghiêm Luận* dạy rằng:[1]

Hãy biết rằng có tứ nhiếp pháp:
Một phương pháp để bố thí,
Giúp người thấu hiểu giáo pháp,
Dẫn dắt họ tiến hành
Và tự mình tiến hành như thế.

(iii) Chức năng của Tứ nhiếp pháp

Vấn: Bốn phương pháp thu nạp môn đồ này có tác dụng gì đối với các đệ tử?

Đáp: Bố thí khiến họ trở thành bình chứa thích hợp[2] nghe giáo pháp bởi vì nó làm cho họ hài lòng với người giảng pháp. Ái

---

[1]BA374 MSA: 16.74; Phi 24b7.

[2]Tâm thức để tiếp thu kiến thức của người học hỏi được ví như một bình chứa nước. (1) Bình lủng bao nhiêu nước đổ vào thì cũng đều chảy mất hết để chỉ loại người học xong là quên; (2) Bình úp ngược không chứa được nước để chỉ loại người không chịu khiêm tốn lắng nghe giáo pháp; (3) Bình dơ chứa được nước nhưng vì dơ bẩn nên làm cho nước đổ vào bị nhiễm bẩn không còn dùng được để chỉ loại người học nhưng với tâm không thanh tịnh trộn lẫn kiến thức học được với các thành kiến khác. *A Commentary on Attitude - Training*

ngữ giúp cho họ quan tâm đến giáo pháp được giảng thuyết bởi vì nó giúp cho họ một hiểu biết chi tiết về các mục tiêu và xua tan những mối nghi hoặc. Lợi hành nhiếp làm cho họ tu tập một cách phù hợp với những điều đã được dạy. Đồng sự nhiếp khiến những ai đã xúc tiến trong các giáo pháp không loại bỏ chúng mà tu tập chúng trong một thời gian dài. *Đại thừa Kinh Trang Nghiêm Luận* dạy rằng:[1]

Bởi pháp đầu, họ trở thành bình chứa;
Pháp thứ hai, họ khởi sự quan tâm;
Pháp thứ ba, họ xúc tiến thực hành;
Pháp thứ tư, họ bỏ công tu tập;

(iv) Việc cần thiết dựa vào Tứ nhiếp pháp cho những người thu phục đệ tử

Bởi vì chư Phật đã tuyên thuyết rằng Tứ nhiếp pháp để thu phục môn đồ là điều đạt tới tất cả mục tiêu của tất cả môn đồ và là phương tiện siêu việt nên những người thu phục môn đệ phải biết dựa vào Tứ nhiếp pháp. *Đại thừa Kinh Trang Nghiêm Luận* dạy rằng:[2]

Những người thu nhận đệ tử
Hãy nương dựa lên phương thức này
Tứ nhiếp pháp được tán thán như cách tuyệt vời
Thành tựu tất cả mục tiêu cho mọi người.

(v) Một số giảng giải chi tiết

Like the Rays of the Sun. Day One: Introductory Discussion. Dalai Lama. The Berzin Archieves. Truy cập 12/20/2011. <http://www.berzinarchives.com/web/en/archives/e-books/unpublished_manuscripts/commentary_attitude_training_rays_sun/day_1.html>.

[1]BA375 MSA: 16.75, Phi 25al.

[2]BA376 MSA: 16.78, Phi 25a2.

Có hai loại ái ngữ. Thứ nhất là loại ái ngữ liên quan đến các tập quán thế tục, nghĩa là trước hết quý vị mang khoác một biểu hiện trong sáng, không giận dữ, mỉm cười và sau đó làm vui lòng chúng sinh bằng những cách thức thế tục, như hỏi thăm sức khỏe chẳng hạn. Thứ hai là loại ái ngữ liên quan đến việc trình bày giáo pháp hoàn hảo, nghĩa là quý vị chỉ dạy giáo Pháp cho chúng sinh vì lợi lạc và hạnh phúc của họ, khởi đầu với các giáo pháp về phát triển tín tâm, trì giới, tu học, bố thí và trí huệ.

Các lộ trình của ái ngữ như sau: Đối với một kẻ thù sẽ giết quý vị, thì quý vị sẽ nói những lời bổ ích không khiếm khuyết từ trái tim mình. Đối với những người rất chậm hiểu, quý vị sẽ cố tình tạo sự thử thách, thuyết Pháp không mệt mỏi và khiến cho họ không rời thiện hạnh. [464] Đối với những kẻ thủ đoạn, phản thầy, phản sư trụ trì vv... và làm điều sai trái thì quý vị sẽ nói những lời dịu dàng, hữu ích, không chút giận dữ và giảng Pháp cho cả người khó khăn nhất. Để cho những người có tâm thức chưa trưởng thành có thể loại bỏ các chướng ngại và tái sinh trong những cõi hạnh phúc, thì quý vị sẽ giảng cho họ về các pháp thực hành sơ khởi như bố thí và trì giới. Đối với những người có tâm thức đã trưởng thành, đã thoát khỏi che chướng và có một khuôn khổ hỷ lạc của tâm thức thì quý vị sẽ giảng Pháp toàn hảo và tối thắng về Tứ diệu đế. Quý vị khuyến khích các cư sĩ và người xuất gia lơ đễnh trở nên cần mẫn và đối với những kẻ nghi hoặc thì quý vị sẽ nói năng một cách cặn kẽ và giảng Pháp giúp họ xua tan những nghi ngờ của họ.

Lợi hành nhiếp bao gồm hai khía cạnh: giúp cho những người chưa trưởng thành được trưởng thành và giải thoát cho những người đã trưởng thành. Điều này được trình bày với ba phần sau: (1) Thu hút các cá nhân đảm đương các mục đích của kiếp sống này là khiến cho họ sử dụng những phương tiện phù hợp với giáo pháp để tiếp thu, bảo vệ và tăng trưởng các nguồn tài lực của họ. (2) Dẫn dắt người đảm đương các mục đích của các kiếp sống tương lai là xác lập cho người trong đời sống người xuất

gia, sống đời khất thực sau khi đã từ bỏ các sở hữu của mình. Mặc dù điều này chắn chắn mang lại hạnh phúc trong những kiếp sau, thật là không chắc làm được như vậy trong kiếp này. (3) Dẫn dắt người đảm đương các mục đích của cả kiếp này lẫn các kiếp sau là khiến cho cư sĩ và người xuất gia thoát khỏi các bám luyến thế tục và siêu việt bởi vì điều này tạo ra sự nhu hoạt về thân và tâm trong kiếp hiện tại và sự thành tựu bổn tôn tịnh hóa và niết-bàn trong tương lai.

Hãy thực hành Lợi hành nhiếp ngay cả khi nó rất khó khăn. Thật khó để thực hiện các mục tiêu này với những người chưa từng tích lũy các cội rễ của thiện đức để thi hành thiện đức. Thực hành Lợi hành nhiếp cũng là khó khăn đối với những ai đã có nhiều nguồn tài lực vì họ sống trong tình trạng mà ở đó có khá nhiều cơ sở cho sự tắc trách. Và cũng thật là khó để thực hiện Lợi hành nhiếp đối với những ai bị tiêm nhiễm bởi các tri kiến triết học phi Phật giáo bởi vì những người này thù hằn giáo pháp, do khờ dại của mình, không hiểu được suy lý. [465]

Về giai trình để thực hiện Lợi hành nhiếp, trước hết quý vị hãy làm cho những người có trí huệ như trẻ thơ nương theo các lời giáo huấn riêng biệt dễ dàng. Sau đó, khi hiểu biết của họ đã đạt đến trình độ trung bình thì hãy làm cho họ nương theo các lời giáo huấn riêng biệt cho trình độ trung cấp. Cuối cùng, khi trí huệ của họ đã mở rộng sâu rộng thì hãy cho họ tu theo giáo pháp thâm diệu và các lời giáo huấn riêng biệt, tinh tế.

Đồng sự nhiếp có nghĩa là quý vị duy trì các thực hành ngang bằng hay cao hơn so với những người mà quý vị xác lập cho họ. Theo đó, mặc dù trong bất cứ việc nào quý vị làm, quý vị trước hết phải tập trung vào lợi ích của chúng sinh và không lơi lỏng quyết tâm của quý vị vì lợi ích của tha nhân, quý vị phải tự giữ kỹ luật trong mối liên kết với các mưu cầu này. *Tán Dương*

Công Đức Vô Lượng của ngài Triratadāsa {Tên dịch nghĩa Tam Bảo Công Bộc} dạy rằng:[1]

Vài kẻ không giữ giới, dùng lời hợp lý
Lại mâu thuẫn với lời lẽ nên bị xem là ”không thể giúp người khác tự giữ giới”.
Hiểu điều này, ngươi đặt mọi chúng sinh trong tim mình,
Và nỗ lực tự trì giữ những yếu kém trước đây.

Tứ nhiếp pháp còn được bao gồm hai loại: thu phục đệ tử bằng vật chất và thu phục môn đồ bằng giáo pháp. Tài thí là một trong bốn phương pháp thu phục môn đồ. Ba phương pháp còn lại được bao hàm trong nhóm thứ hai: thu phục môn đồ bằng giáo pháp. Hơn nữa, loại thứ hai này còn bao gồm giáo pháp về các đối tượng thiền, giáo pháp khi đưa vào thực hành và giáo pháp về việc tự tịnh hóa qua việc thực hành hai nhóm pháp này. *Đại thừa Kinh Trang Nghiêm Luận* dạy rằng:[2]

Bốn phương pháp thu phục đệ tử
Được phân thành hai cách thực thi:
Bằng tài thí và bằng pháp thí,
Nghĩa là trình bày về các đối tượng thiền …

Hơn nữa, Tứ nhiếp pháp còn là phương cách mà chư Bồ tát của ba thời thực hành vì lợi lạc của người khác, do đó, đây là con đường duy nhất để đi. *Đại thừa Kinh Trang Nghiêm Luận* dạy rằng:[3]

Tất cả người đã thu phục môn đồ,
Đang hoặc sẽ thu nạp đệ tử

---

[1]BA377 *Guṇāparyanta-stotra*, D1155: Ka 197a5-6.
[2]BA378 MSA: 16.76, D4020: Phi 25al.
[3]BA379 MSA: 16.78, D4020: Phi 25a2-3.

Hãy thực thi theo cách này; do đó, đây là lộ trình
Cho sự trưởng thành của chúng sinh.

Nói chung, mặc dù Bồ-tát hành là vô lượng, Lục độ Ba-la-mật-đa và Tứ nhiếp pháp là những pháp tổng kết tốt nhất của các ngài. Bởi vì chư Bồ tát chỉ có hai trách nhiệm là sự trưởng thành về các tư lương cho Phật quả của chính các ngài và làm trưởng thành các dòng tâm thức của các chúng sinh; các ngài thành tựu cả hai thông qua các Ba-la-mật-đa và pháp thu phục đệ tử. Do đó, *Bồ-tát Địa* cũng dạy rằng:[1]

Lục độ Ba-la-mật-đa đem lại sự trưởng thành viên mãn các Phật tín mà ngươi sẽ có. Các pháp thu phục môn đồ làm tâm thức chúng sinh trưởng thành hoàn toàn. Tóm lại, hãy biết rằng các pháp này là sự biểu hiện tích cực của các phẩm chất thiện đức của một vị Bồ-tát.

Do đó, tôi đã đề ra trong phần này hai nhóm thực hành. Nếu quý vị muốn tìm hiểu thêm chi tiết thì hãy đọc *Bồ-tát Địa*.

Về cách thực hành những pháp này trong và sau thời gian cân bằng thiền, Trưởng Lão[2] dạy rằng:[3]

Các hành vi của chư Bồ-tát là
Sáu Ba-la-mật-đa diệu kỳ và vv...
Hành giả khởi sinh cân bằng thiền
Hoàn tất lộ trình huân tập thật kiên quyết

Những Bồ-tát mới bắt đầu, đã thọ Bồ tát giới và đang thực hành con đường tích lũy chỉ hành trì sáu Ba-la-mật-đa mà thôi, bất kể

[1]BA380 Bbh, Wogihara 1971: 226; D4037: Wi 121a5-6.
[2]BA381 *Hṛdaya-nikṣepa* {*Tâm Lưu Ký*} P5346: 47.2.3-4.
[3]Đại Trưởng Lão là cách gọi ngài Atiśa.

là trong lúc tu tập cân bằng thiền hay thời gian sau khi thiền {hậu thời thiền}. Họ duy trì một số các Ba-la-mật-đa trong cân bằng thiền và số Ba-la-mật-đa khác ở sau buổi tu tập trạng thái cân bằng {thiền}. Một số khía cạnh của thiền định (vốn là bình ổn thiền) và một số khía cạnh của tuệ giác (vốn là trí huệ Ba-la-mật-đa) được nuôi dưỡng trong cân bằng thiền, trong lúc một số khía cạnh khác của thiền định và trí huệ được duy trì sau buổi tu tập trạng thái cân bằng, cùng với ba Ba-la-mật-đa đầu {tức là bố thí, trì giới, nhẫn nhục}. Tinh tấn xảy ra với cả hai trong khi tu tập trạng thái cân bằng thiền và hậu thời thiền, trong khi đó, một loại nhẫn nhục – tức là một số khía cạnh nào đó trong sự nhẫn nhục của sự xác tín về các giáo pháp thâm diệu – cũng xảy ra trong cân bằng thiền. Trưởng Lão dạy rằng:[1]

> Trong những giai đoạn sau buổi cân bằng thiền
> Hãy nuôi dưỡng tri kiến rằng mọi pháp
> Đều tựa trò huyễn thuật như tám ảo tưởng.[2]
> Hãy chú trọng tâm ý ở hậu thời thiền
> Sự tịnh hóa và tu tập qua phương tiện.
> Trong thời gian cân bằng thiền
> Hãy tạo duyên cho chính mình
> Định và Tuệ thật cân bằng lượng định.

Với các Bồ-tát nào mà tâm thức chưa được trui rèn trong những hành vi thâm diệu nhưng khó khăn này, khi nghe nói về các hành vi đó thì họ cảm thấy nản chí.[467] Mặc dù, trước tiên họ không thể thực hành những điều đó nhưng họ sẽ lĩnh hội được và sau đó, tự tập luyện cho thấm nhuần với chúng như là các đối

---

[1]BA382 *Mahāyāna-patha-sādhana-varṇa-saṃgraha*, {*Đại Thừa Đạo Thành Tựu Pháp Hạng Tập*} P5351: 51.4.1-3.

[2]BA383 Tám thí dụ về ảo tưởng (Bát ảo tưởng tỉ dụ) là sự so sánh các pháp đều tựa như: (1) các trò ảo thuật, (2) các giấc mơ, (3) các ảo giác, (4) các phản ảnh của chiếc gương, (5) các bóng che, (6) tiếng vang, (7) ánh trăng trên nước và (8) sự phát xạ.

tượng của nguyện ước. Rồi họ xúc tiến chúng một cách tự nhiên mà không cần dụng công. Do đó, làm cho quen dần là quan trọng nhất vì nếu những Bồ-tát này nhận biết sự bất lực của mình trong việc thật sự tiến hành các hành vi như thế và rồi từ bỏ ngay cả việc làm quen lợi ích cho việc trui rèn tâm thức, họ sẽ trì hoãn lớn lao việc thành tựu lộ trình thanh tịnh. *Tán Dương Công Đức Vô Lượng* dạy rằng:[1]

> Những hành vi gây đau đớn phàm giới ngay cả chỉ nghe về chúng
> Và ngay cả ngươi không tiến trong một thời gian dài
> Hãy tự làm cho quen dần để chúng đến được một cách tự nhiên theo thời gian.
> Cho nên, thật khó để phát triển phẩm tính tốt mà không làm cho quen dần.

Những người đã thọ Bồ tát giới không có lựa chọn nào khác ngoài việc tu học Bồ-tát hành. Nhưng ngay cả những ai chưa tiếp thu tâm giác ngộ qua nghi lễ hãy nỗ lực khắc sâu trong tâm khảm ước nguyện tu học Bồ-tát hành, do đó, gia tăng cường lực hăng hái để tu học chúng. Rồi khi họ thọ giới, sự trì giới sẽ trở nên cực kỳ ổn định; cho nên, hãy nỗ lực thực hiện việc này.

Qua nội dung liên quan đến các giai đoạn của đường tu dành cho người có căn cơ cao, đến đây đã kết thúc phần giảng giải về các giai đoạn của đường tu để rèn luyện Bồ-đề tâm và tu học Bồ-tát hành nói chung.

---

[1]BA384 *Guṇāparyanta-stotra*, D11.55: Ka 198a7-bl.